

Okulary przeciwsłoneczne - opinia okulisty.

Okulary przeciwsłoneczne muszą spełniać wysokie wymagania, bowiem ich funkcja nie ogranicza się absolutnie do estetycznego i modnego wyglądu. Podstawową cechą dobrych okularów przeciwsłonecznych jest ochrona oczu przed szkodliwym promieniowaniem słonecznym i ostre widzenie nie tylko w pełnym słońcu, ale również w innych warunkach oświetleniowych, nie zawsze sprzyjających prawidłowemu postrzeganiu obiektów.

Do napisania tego artykułu zostałam zainspirowana zalewem tanich tandetnych okularów przeciwsłonecznych, sprowadzanych a teraz i sprzedawanych na kilogramy w większych i mniejszych sklepach, na ruchliwych chodnikach i targowiskach.

Jako lekarz uważam zdrowie ludzkie za dobro najwyższe i właśnie w ochronie jego występuję niniejszym artykułem.

Zacniemy od podstaw: w ciągu piętnastu lat pracy w zawodzie okulisty ani jeden z moich pacjentów nie zapytał mnie - Pani doktor - czy okulary przeciwsłoneczne mają spełniać jakieś europejskie, a może i polskie normy?

Oczywiście, że mają i to dość rygorystyczne! Normy te są oparte na takich pojęciach jak całkowita transmitancja świetlna w zakresie widzialnym, transmitancja spektralna w zakresie 500-600nm, całkowita transmitancja świetlna w nocy, względny wizualny iloraz osłabienia barw sygnalizujących, dyspersja soczewek okularowych.

Każdy producent, który deklaruje zgodność swoich wyrobów z normami jest zobowiązany do podania odpowiednich informacji kupującemu. Natomiast - proszę zapytać na targowisku o stopień dyspersji soczewek wykorzystanych do produkcji oferowanych okularów przeciwsłonecznych. Jestem pewna, że nie uzyskacie Państwo odpowiedzi.

Dlaczego zaczęłam od dyspersji - nawet jeżeli pozornie nie zauważamy tego zjawiska w naszych okularach nasz mózg musi bardziej się napracować żeby to zjawisko zniwelować. W efekcie pojawia się zmęczenie pod koniec dnia, bóle głowy, zmęczone oczy, problemy z jazdą samochodem w nocy.

Okulary przeciwsłoneczne mają chronić oczy przed promieniowaniem ultrafioletowym. Jeżeli chodzi o promieniowanie UV-B i UV-C - wszystkie soczewki nie przepuszczają tego promieniowania, tak samo jak nie przepuszcza go szkło okienne. To daje znakomitą okazję do oszukiwania klientów tanimi nalepkami „100% protection UV-400” czytaj - 100-procentowa ochrona przed promieniowaniem UV-B i UV-C. A co z promieniowaniem UV-A (zakres 350nm)? Na ten temat żaden z producentów tandetnych okularów się nie wypowiada, - bo klienci się nie pytają. Na marginesie: jak mają się pytać - przecież jest napisane: „100% protection”... Sęk w tym, że osiągnąć normatywną wartość monochromatycznego współczynnika transmisji dla długości fali 350 nm nie jest rzeczą prostą.

Należy pamiętać, że promieniowanie o długości fali mniejszej od 300 nm może powodować takie choroby jak ślepotą śnieżną czy zapalenie rogówki. Promieniowanie w przedziale od 300 do 380 nm dociera do soczewki i może mieć ogromny wpływ na powstawanie katarakty.

Stosowanie atestowanych szkieł ochronnych nie tylko chroni przed wszystkimi typami promieniowania ultrafioletowego, zwłaszcza UV-A, lecz wpływa pozytywnie na spowolnienie procesów starzenia się soczewki ocznej.

Poruszę jeszcze jeden aspekt sprawy tandetnych okularów przeciwsłonecznych. Co jakiś czas słyszę - te oprawki są takie tanie i fajne - może można było by włożyć do nich markowe soczewki? Jeżeli chodzi o te oprawki - proszę pamiętać: materiały wykorzystane do ich

produkcji są materiałami najniższej jakości, powodujące uczulenia i nie posiadające atestów higienicznych. Materiały nieznanego pochodzenia bez atestów, stale dotykające skóry twarzy mogą powodować jej ciężkie schorzenia wymagające później skomplikowanego leczenia.

Na zakończenie artykułu przypomnę, kiedy przede wszystkim powinniśmy chronić nasz wzrok przed nadmiarem promieniowania słonecznego:

- przy długiej pracy w warunkach nasłonecznienia np. na budowach, w rolnictwie, za kierownicą itp.;
- przy wyjazdach do gorących obszarów klimatycznych;
- przy wycieczkach w góry, szczególnie zaśnieżone wysokie partie;
- przy wypoczynku nad wodą i na plażach, głównie w godzinach południowych;
- przy wędrowkach i spacerach w lecie w okresie pięknej pogody i bezchmurnym niebie.

Proszę dbać o swoje oczy i pamiętać: „Oko jest małe, a widzi cały świat”.