

Adres URL strony <http://www.publikuj.org/56344>

Ponad połowa Polaków nie chroni oczu przed promieniami UV

ID artykułu: 56344 / 10904

URL: <http://www.publikuj.org/56344>

Zaledwie 16% Polaków ma zdrowy nawyk noszenia okularów przeciwsłonecznych w słoneczne zimowe dni, a aż 51% używa ich rzadko lub wcale tak wynika z najnowszego badania opinii, zrealizowanego dla Vision Express.

W słoneczne dni śnieg odbija aż 85% promieni UV, niemal dwukrotnie więcej niż piasek na plaży. W skrajnych przypadkach może dojść do tak zwanej ślepoty śnieżnej, która jest rodzajem oparzenia spojówki i rogówki.

Także w zimie brak odpowiedniego zabezpieczenia, czyli nienoszenie okularów przeciwsłonecznych lub używanie przyciemnionych szkieł bez filtrów, na przykład kupionych na bazarze, naraża nasz wzrok.

Długotrwała ekspozycja na promienie UVA i UVB to czynnik przyspieszający rozwój szeregu poważnych chorób narządu wzroku. Ma ona wpływ na zmiany przede wszystkim w soczewce i siatkówce oka, mogące prowadzić do rozwoju zaćmy czy zwyrodnienia plamki żółtej, a w skrajnych przypadkach nawet powodować nieodwracalną ślepotę. Ponadto promienie UVA niszczą włókna kolagenowe i elastynowe w obrębie skóry, co może wywoływać takie dolegliwości jak opadanie czy odwijanie powiek. Dodatkowo udowodniono, że regularne narażenie się na promienie UVB może zwiększać ryzyko zmian nowotworowych w oku wyjaśnia dr n. biol. Robert Grabowski, Dyrektor Medyczny Vision Express.

Chroń wzrok cały rok

Z badań zrealizowanych przez IQS dla Vision Express w listopadzie br. wynika, że 49% Polek i 35% Polaków uważa, że oczy są tak samo narażone na szkodliwe promienie ultrafioletowe latem, jak i zimą, a 31% z nas jest zdania, że nawet bardziej zimą. Za wiedzą tą nie idą jednak zdrowe nawyki. O ile w wakacje okulary przeciwsłoneczne i kremy ochronne są wysoko na liście niezbędnych do zabrania rzeczy, to zdecydowanie za rzadko pamiętamy o nich pakując bagaż swój czy dzieci na zimowe ferie.

Okulary przeciwsłoneczne zawsze należy kupować tylko w profesjonalnych salonach. Ciemne szkła bez odpowiednich filtrów powodują, że do oka dociera nawet więcej szkodliwych promieni. Nie bez znaczenia jest także kolor soczewek brązowe poprawiają ostrość widzenia w warunkach silnego nasłonecznienia, sprawdzają się podczas prowadzenia samochodu lub jazdy na nartach. Natomiast kolory takie jak żółty czy pomarańczowy podniosą komfort w pochmurne dni.

Kto szczególnie powinien chronić wzrok zimą?

Dane Vision Express wskazują, że kobiety częściej pamiętają o ochronie wzroku w słoneczne zimowe dni zawsze używa ich 21% pań i tylko 12% panów. Warto mieć świadomość, że okulary przeciwsłoneczne są potrzebne nie tylko podczas jazdy na nartach, snowboardzie czy innych aktywności na śniegu. Są one niezbędne także kierowcom istotnie poprawiają bezpieczeństwo i komfort jazdy.

Ze szczególną uwagą należy dbać o ochronę oczu najmłodszych. Źrenice dzieci są szersze niż u dorosłych i przepuszczają więcej promieni UV. Dlatego rodzice powinni zadbać, by dziecko w słoneczne zimowe dni zawsze nosiło okulary z profesjonalnymi filtrami UVA i UVB.

Zimowe okazje

Miesiące zimowe to dobry moment na zakup okularów przeciwsłonecznych. Można liczyć na atrakcyjne rabaty, także na przyciemniane szkła od najbardziej znanych marek. Są one atrakcyjnym dodatkiem

modowym i uzupełnieniem stylizacji na stok czy zimowy spacer. Przede wszystkim jednak okulary przeciwsłoneczne kupione w renomowanym salonie optycznym ochronią oczy przed szkodliwym promieniowaniem UVA i UVB.

Aktywacja: 18/12/18 11:58, odsłony: 64