Автор: admin
06.03.2011 13:45 -

Солнечные очки: модный аксессуар или забота о глазах?

Солнце с приходом лета балует нас своими яркими лучами не на шутку. Если с началом весны мы так и спешим выглянуть на солнышко, подставить под его объятия руки, ноги и даже свой носик, то спустя пару месяцев стараемся надежно укрыться с помощью достойной защиты: на помощь приходят головные уборы, одежда светлых тонов и, конечно же, очки…

Принято считать, что очки способны придать нам какой-то шарм, обаяние, загадку, подчеркнуть овал и красивые черты лица, сделать наш образ более продуманным и стильным... А вот примеряя перед зеркалом очередные модные очки, мало кто задумывается над тем, что их первоначальное **предназначение** кроется в другом – **защ ищать глаза от света и невидимой радиации**
.

Невидимое ультрафиолетовое излучение (УФ) способно повредить незащищенный хрусталик, преломляющий лучи света, и сетчатку (внутреннюю оболочку глаза, содержащую фоторецепторные клетки, а также нейроны, образующие зрительный нерв), что может привести к развитию катаракты (помутнению хрусталика, при котором нарушается передача изображения). Именно поэтому технология изготовления качественных солнечных очков обычно направлена на улучшение защиты глаз от ультрафиолетового излучения.

Офтальмологи настоятельно **рекомендуют** с наступлением сезона носить хорошие солнцезащитные очки, которые отвечают всем требуемым стандартам. Большинство солнечных очков снижают яркость и не пропускают значительную часть видимого света. Достойные фирмы-изготовители за последние годы добились увеличения способности солнечных очков блокировать УФ-лучи. Вот только любительницы страз, блеска и ярких цветов зачастую забывают, что не все то золото, что блестит. К тому же иногда, пожалев на очки сотню, а то и тысячу-другую, мы даже не задумываемся, что сэкономленная «копеечка» способна сыграть с нами злую шутку.

Если вы хотите вооружиться **полезной информацией**, как правильно выбрать качественные солнцезащитные очки и не нарваться при этом на дорогую подделку, выложив за нее кругленькую сумму, эти

советы
как раз для вас:

1) Проверить качество солнцезащитного покрытия можно при искусственном освещении. Наденьте очки, посмотрите на лампу в течение 10-15 секунд. Если никакого дискомфорта при этом вы не ощутите, значит, выбор сделан верный.

2) Поместите очки на расстояние вытянутой руки и через линзы посмотрите на прямую линию (карандаш или рисунок на полу). Медленно перемещайте очки вперед-назад, вверх-вниз, обращая при этом внимание на то, искривляется линия или нет. В первом случае подобные очки могут вызывать у вас неудобство. Линзы, искажающие изображение, не повредят ваше зрение, но могут вызвать головную боль.

3) Линзы должны поглощать 75-90 процентов видимого света, то есть пропускать только 10-25 процентов световых лучей. Если соответствующие данные на этикетке отсутствуют, знайте, что очки должны быть настолько темными, чтобы вы, надев их, не смогли увидеть в зеркало свои глаза.

4) Линзы должны быть достаточно большими, чтобы защитить глаза от света, проникающего с обеих сторон, сверху и снизу. Они должны плотно сидеть на переносице и не сползать.

5) Популярное тонирование линз в различные цвета может не обеспечить достаточного поглощения солнечных лучей. К тому же водителям категорически противопоказаны очки с голубыми линзами, так как ни красного, ни зеленого сигналов светофора в них можно попросту не увидеть. Кроме этого, для вождения лучше выбирать оправу с очень тонкими или прозрачными заушниками.

6) И, наконец, купить хорошие очки – мало, нужно еще правильно с ними обращаться. Во-первых, никогда не носите очки как ободок на голове, так как волосы могут поцарапать покрытие линзы. Снимайте очки только двумя руками, чтобы избежать их искривления.

Будьте красивыми и бережно относитесь к своему здоровью. Приятных вам, друзья, покупок и верного выбора!

Автор - **Виктория Бобылева**
Источник