

عینک های آفتابی برای زیبایی نیست

امروزه عینک آفتابی تبدیل به بخشی از شخصیت افراد شده است. اما این عینک ها بیشتر از آن که جنبه زینتی داشته باشند، نقش پیشگیرانه دارند. عینک آفتابی تنها وسیله مقابله با پرتوهای فرابنفش و محافظت از چشم است.



عینک آفتابی برای زیبایی نیست

جام جم آنلاین: امروزه عینک آفتابی تبدیل به بخشی از شخصیت افراد شده است. اما این عینک ها بیشتر از آن که جنبه زینتی داشته باشند، نقش پیشگیرانه دارند. عینک آفتابی تنها وسیله مقابله با پرتوهای فرابنفش و محافظت از چشم است. برخلاف باور عمومی، گران بودن عینک دلیل خوب بودن آن نیست. در حقیقت ما نمی توانیم از روی مدل، مارک، رنگ، قیمت، طرح یا حتی میزان تیرگی یک عینک آفتابی بفهمیم که تا چه حد می تواند چشم را در برابر پرتوهای فرابنفش محافظت کند. مطالعه ای در سال 1995 نشان داد بسیاری از عینک های آفتابی مارک های معروف در برابر پرتوهای فرابنفش محافظت کامل ایجاد نمی کنند.

عینک های آفتابی معمولاً به 3 دسته تقسیم می شوند. دسته اول عینک های زینتی هستند. این عینک ها عدسی هایی دارند با تیرگی و رنگ اندک که برای استفاده در نور ملایم طراحی شده است. این نوع عدسی ها بین صفر تا 60 درصد از نور مرئی و فرابنفش نوع A، و بین 87/5 تا 95 درصد از فرابنفش نوع B را جذب می کنند. این عینک برای استفاده در طول روز توصیه نمی شود.

دسته دوم عینک های استفاده عمومی هستند. این عینک ها مانع از عبور بین 60 تا 92 درصد از نور مرئی و فرابنفش نوع A، و بین 95 تا 99 درصد از فرابنفش نوع B می شوند. این عینک برای استفاده در طول روز مناسب است.

دسته سوم عینک های استفاده خاص است. این عینک ها تا 97 درصد از نور مرئی و 98/5 درصد از نور فرابنفش نوع A، و حداقل 99 درصد از فرابنفش نوع B را جذب می کنند. این نوع برای کسانی که مدت زیادی به طور پیوسته در معرض نور خورشید قرار دارند یا چشمشان مشکل خاصی دارد مناسب است.

رنگ های دودی، قهوه ای و سبز مناسب ترین رنگ برای عینک های آفتابی هستند، ولی استفاده از رنگ سبز به علت خطا در دید به هنگام رانندگی مناسب نمی باشد، علاوه بر نوع رنگ، شدت رنگ در تمام سطح عدسی عینک باید یکسان باشد و نباید تغییر رنگی وجود داشته باشد.

تیرگی عدسی عینک آفتابی باید متعادل باشد به طوری که 15 تا 25 درصد نور خورشید را از خود عبور دهد که این امر امروزه توسط دستگاهی به نام رسپکتوفوتومتر تعیین می شود.

در عینک های غیراستاندارد اگر تیرگی عینک زیاد باشد، نور کمی به چشم می رسد و مردمک چشم گشاد می شود و رنگ روشن عدسی هم موجب عبور نور بیشتر می شود که هر دو مورد آسیب به چشم را به همراه خواهند داشت.

جنس عدسی عینک آفتابی بهتر است از پلاستیک یا پلی کربنات باشد تا نور بیشتری را بلوکه کند.

عدسی عینک آفتابی نباید نمره داشته باشد و فرد برای اطمینان باید تک تک عدسی ها را بر چشم خود امتحان کند و کسانی که عینک طبی استفاده می کنند بهتر است از عینک های 4 لنزهای که هم لنز طبی و هم لنز آفتابی دارند، استفاده کنند.

غیر از شیشه، قاب عینک آفتابی نیز باید استاندارد باشد. قاب یا فریم عینک باید روی پل بینی سوار شود و فیکس باشد، گوش ها را اذیت نکند، به گیجگاه فشار نیاورد و در ضمن اطراف چشم را تا حدی بیوشاند زیرا اشعه آفتاب از بالا یا اطراف هم به چشم نفوذ می کند.