



ضرورت استفاده از عینک های ضد اشعه UV

کسانی که آب مروارید عمل کرده اند یا افرادی که مورد عمل جراحی لیزیک، لاک و PRK قرار گرفته اند از پرتوهای فرابنفش خورشید بیشترین صدمه را می بینند و ضرورت استفاده از عینک های ضد اشعه UV برای این افراد بسیار بیش از سایرین است.

جام جم آنلاین: کسانی که آب مروارید عمل کرده اند یا افرادی که مورد عمل جراحی لیزیک، لاک و PRK قرار گرفته اند از پرتوهای فرابنفش خورشید بیشترین صدمه را می بینند و ضرورت استفاده از عینک های ضد اشعه UV برای این افراد بسیار بیش از سایرین است.

به گزارش جام جم آنلاین به نقل از مرکز تحقیقات اپتیک و لنز ایران، دکتر پرویز زرین بخش رییس مرکز تحقیقات اپتیک و لنز ایران نسبت به عوارض زیانبار امواج فرابنفش خورشید برای کودکان هشدار داد و گفت: به دلیل حساس بودن ساختار بدنی و چشمی کودکان، آسیب پرتوهای فرابنفش در این گروه سنی به مراتب شدیدتر از افراد بزرگسال است.

وی با اعلام این مطلب، افزود: چشم کودکان به دلیل آنکه در محیط های باز از قبیل محل بازی، مدرسه، استخر و ... در معرض پرتوهای فرابنفش خورشید قرار می گیرد از یک سو و از سوی دیگر به دلیل ظریف تر و حساس تر بودن ساختار چشمی در فصول مختلف سال به ویژه در تابستان، نسبت به اشعه UV خورشید بیشتر آسیب پذیر است.

رییس مرکز تحقیقات اپتیک و لنز ایران از خشکی و تحریک چشم، احساس سوزش چشم و سردرد به عنوان عوارض کوتاه مدت پرتوهای فرابنفش نام برد و اظهار داشت: مجاروت در برابر نورخورشید در بلند مدت موجب آب مروارید، ضایعات لکه زرد ته چشم، پیروی زودرس بافت های اطراف چشم و سرطان های پوست می شود. بنابراین ضروری است، کودکان در فضاهای باز از عینک های مناسب محافظ پرتو UV استفاده کنند.

به گفته دکتر زرین بخش، هر چند مرکز سلامت محیط کار وزارت بهداشت اواخر خردادماه امسال برای اولین بار اعلام کرد که شاخص تابش پرتوهای بنفش روی عدد 10 و در وضعیت خطر بسیار زیاد قرار دارد، اما با توجه به تغییرات وضعیت آب و هوایی کشورمان به ویژه در تهران، آلودگی های پرتو فرابنفش طی سال های گذشته نیز بالاتر از استاندارد قرار داشته و این وضعیت همچنان ادامه دارد.

وی با اشاره به اینکه بافت های چشمی کودکان در حال تکامل بوده، وضعیت سلول های قرینه، عدسی و شبکیه تاثیرپذیری شدیدتری نسبت به پرتوهای مضر آفتاب به ویژه اشعه UV دارد، یادآور شد: ضروری است، کودکان از عینک های آفتابی استفاده کنند که به اندازه کافی دور چشم آنان را پوشش دهد تا پرتوها از هیچ طرف وارد چشم آنان نشود.

دکتر زرین بخش در مورد دیگر ویژگی عینک های آفتابی کودکان گفت: این عینک ها می بایستی برای کودکان قابل استفاده باشد و روی پل بینی و گوش آنان که در حال رشد است، اثری باقی نگذارد.

وی افزود: رنگ عینک و تیرگی آن نیز می بایست، ضمن آنکه از عبور پرتوهای UV جلوگیری می کند، مانع دید کافی نشود. برای مثال عینک های آفتابی آبی رنگ که پرتوهای فرابنفش را از خود عبور می دهند، به هیچ وجه توصیه نمی شوند.

رییس مرکز تحقیقات اپتیک و لنز ایران از جذاب بودن ظاهر عینک به عنوان شاخص دیگری نام برد که از بعد روانی دارای اهمیت بوده و کودک را به استفاده از عینک آفتابی ترغیب می کند.

وی تصریح کرد: در کشورهای پیشرفته دنیا عینک های ارزان قیمت با تایید سازمان غذا و داروی آمریکا (FDA) - به عنوان رسمی ترین مرجع علمی حوزه سلامت در دنیا - برای کودکان توصیه می شود. از این رو پیشنهاد می شود، وزارت بهداشت ایران با همکاری وزارت آموزش و پرورش، سازمان حفاظت محیط زیست و با همکاری نمایندگان کمیسیون بهداشت مجلس شورای اسلامی نسبت به اجباری کردن استفاده از عینک های آفتابی کودکان از طریق مدهای کودک و مدارس اقدام کنند.

دکتر زرین بخش، استفاده از کلاه های لبه دار را در کنار استفاده از عینک های آفتابی برای کودکان به عنوان یک ضرورت محافظت از چشم ها مورد تاکید قرار داد.

وی همچنین هشدار داد: کسانی که آب مروارید عمل کرده اند یا افرادی که مورد عمل جراحی لیزیک، لاک و PRK قرار گرفته اند از پرتوهای فرابنفش خورشید بیشترین صدمه را می بینند و ضرورت استفاده از عینک های ضد اشعه UV برای این افراد بسیار بیش از

سایرین است.

دکتر زرین بخش افزود: مسایل فرهنگی و اجتماعی در بسیاری از مناطق کشور باعث می شود که استفاده از عینک آفتابی نوعی خودنمایی محسوب شود و خانواده ها مانع استفاده از عینک آفتابی شوند بنابراین مطبوعات، رادیو، تلویزیون و سازمان های مربوط می بایست، در این مورد فرهنگ سازی کنند.