



چرا استفاده از عینک آفتابی ضروری است؟

یک چشم پزشک معتقد است: رنگ‌های قرمز و سبز و آبی برای عینک‌های آفتابی بیشتر جنبه تزئینی داشته و قهوه‌ای و دودی بهترین رنگ عینک‌های آفتابی هستند.

سلامت نیوز: یک چشم پزشک معتقد است: رنگ‌های قرمز و سبز و آبی برای عینک‌های آفتابی بیشتر جنبه تزئینی داشته و قهوه‌ای و دودی بهترین رنگ عینک‌های آفتابی هستند.

دکتر فریبا شیخی شوشتری در گفت و گو با (ایسنا)، با اشاره به ضروری بودن تابش آفتاب برای سلامت بدن، قرار گرفتن طولانی مدت در برابر تابش خورشید را موجب آسیب به بدن و از جمله آسیب به عضو حساس چشم دانست.

به گفته این متخصص چشم، قرار گرفتن طولانی مدت در برابر نور خورشید علاوه بر چروک پوست اطراف چشم در میانسالی، احتمال بدخیمی سرطان پوست اطراف پلک را نیز افزایش می دهد.

شیخی شوشتری افزود: سرطان‌های پوستی با ایجاد یک زخم کوچک شروع شده و در طولانی مدت خود را نشان می‌دهند و قرار گرفتن طولانی مدت در برابر نور خورشید احتمال بدخیمی این نوع سرطان ها را افزایش می دهد.

به گفته این متخصص چشم، ایجاد ناخنک در افرادی که سابقه خانوادگی ابتلا به ناخنک چشم را دارند از جمله دیگر مضرات قرار گرفتن طولانی مدت در برابر نور خورشید است.

این متخصص چشم عنوان کرد: بر اساس تحقیقات به عمل آمده امکان تاثیر اشعه UV بر روند پیشرفت آب مروارید نیز وجود دارد.

وی افزود: همچنین نگاه کردن مستقیم به نور خورشید موجب سوختگی مرکز بینایی شده و کاهش دید را به دنبال دارد.

این متخصص چشم با اشاره به مضرات گفته شده توصیه کرد: افراد تا حد ممکن از قرار گرفتن در برابر نور خورشید به ویژه در ساعات اوج تابش آن خودداری کرده و در صورت قرار گرفتن در برابر آن اقدامات محافظتی از پوست و چشم خود را به عمل آورند.

شیخی شوشتری تاکید کرد: افرادی که کار آنها در محیط بیرون بوده و ساعات طولانی از روز را در محیط بیرون به سر می برند باید از عینک آفتابی و کلاه استفاده کرده تا نور کمتری به پوست و چشم آنها برخورد کند.

وی مارک‌های شناخته شده عینک‌های آفتابی در بازار را توصیه کرد و افزود: بهتر است افرادی که عیوب انکساری چشم دارند با مراجعه به چشم پزشک اقدام به خرید عینک آفتابی کنند.

وی گفت: افرادی که در مناطق روستایی بوده و یا در فرهنگ آنها استفاده از عینک آفتابی کمتر مرسوم است می‌توانند در صورت داشتن عینک طبی به چشم پزشک مراجعه کرده و شیشه عینک خود را فتوکرومیک کنند که این نوع عینک در مقابل نور تیره بوده و در محیط‌های دیگر به رنگ روشن در می‌آید.

وی تاکید کرد: عینک آفتابی برای محافظت از چشم باید به گونه‌ای انتخاب شود که به هنگام زدن آن قسمت فرورفتگی چشم به وسیله آن به خوبی پوشیده شود و نور از بالا، پایین و اطراف آن به چشم نرسد.