

Готовь сани летом, а от солнца весной



Вот и пришла долгожданная весна, утихли морозы и растаяли снега. Дни стали длиннее, а солнце слепит и вызывает слезы. А сквозь слезы весна и тепло не в радость. Пропадает желание выходить на улицу: надоело постоянно объяснять знакомым, что ты не расстроен и не плачешь, и насморка у тебя тоже нет, а только глаза слезятся

ОСТОРОЖНО УЛЬТРАФИОЛЕТ!

Почему слезятся глаза? Весеннее слезотечение чаще всего возникает из-за яркого света и ветра. Хотя в пасмурные дни кажется, что солнце почти не светит, на самом деле оно посылает на землю ультрафиолет. Опасность в том, что человек не почувствует изменений зрения до тех пор, пока болезнь полностью не проявится, и под слезотечением могут маскироваться заболевания органов зрения (ожоги роговицы, сетчатки, помутнение хрусталика, проблемы со зрением, бельмо или катаракта). В общем, «только слезятся» — явление относительное. Известно, что снег и вода отражают, а значит, удваивают количество ультрафиолетовых лучей, соответственно очки от солнца нужны, как говорится, и в зной, и в холод. Находясь возле моря или в горах, идя по снегу, защищать глаза необходимо вдвойне. А выбирать защиту для глаз нужно очень тщательно.

Очки от солнца не защищают от ультрафиолетовых лучей искусственного происхождения



ПОДАРОК ЭКИМОСОВ

Еще в гробнице Тутанхамона археологи нашли вещь, похожую на современные очки от солнца: два тонких спила изумруда, соединенных бронзовыми пластинками. В Древнем Китае женщины, чтобы уберечь глаза от солнца и избежать морщин, носили линзы из закопченного кварца или смальты. Японцы надевали на голову ремешок, к которому крепились «ставни» для глаз. В Индии приклеивали к векам пропитанные смолой полоски шелка.

Считается, что первые очки от солнца — костяные щитки с оглоушивающими световой поток прорезями — появились у эскимосов. Первые солнцезащитные очки были выпущены около

200 лет назад во Франции для солдат наполеоновской армии. В 1929 году в Америке Сэм Фостер запустил в производство недорогие очки, которые пользовались спросом на пляжах. Во время Второй мировой войны темные очки вошли в состав обязательной экипировки американских моряков. Тогда впервые было использовано стекло, отсекающее весь ультрафиолетовый спектр солнечного света. А в XX веке ученые начали заниматься проблемой полноценной защиты глаз от повреждения солнечным светом и преждевременного старения.

Согласно стандарту ANSI Z 80.3–2001, солнцезащитные очки делятся на несколько категорий по степени пропускания ультрафиолетового излучения:

- **имиджевые очки** — стильный аксессуар, который НЕ защищает от солнца;
- **солнцезащитные очки общего назначения** для сокращения солнечного света днем, включая вождение транспортных средств (но не при плохой видимости на дороге);
- **очки с высокой степенью защиты** для яркого света, который отражается от водных поверхностей или в горах, не годятся для вождения транспортных средств;
- **очки с поляризованными линзами**, которые, кроме ультрафиолета, на 99 % нейтрализуют блики на поверхности мокрой дороги, на снегу и на воде;
- **градуированные очки-маска (наполовину затемненные)** для автомобилистов и любителей водных и зимних видов спорта;
- **зеркальные очки** — для большой высоты

БЕЛЫЙ, КРАСНЫЙ, ГОЛУБОЙ — ВЫБИРАЙ СЕБЕ ЛЮБОЙ...

Один из важных нюансов при выборе очков — линзы. Их изготавливают из стекла, поликарбонатного и акрилового пластика. Неважно, из чего сделаны линзы, главное — чтобы они имели защитные свойства (напыление). Чем темнее некачественная линза,





тем больший вред она наносит глазу — ультрафиолетовые лучи беспрепятственно проникают в обманутый расширенный зрачок, подвергая хрусталик помутнению, а роговицу и сетчатку ожогам.

Цвет линз — это отдельный разговор. Фотохромные линзы — хамелеоны — меняют цвет в зависимости от освещения, создавая глазам защиту и комфорт. Но они могут темнеть по-разному — сильнее и слабее — одна сильнее, чем другая, а должны быть затемнены равномерно, иначе глаза будут уставать. Кстати, в солнечный день, глазам комфортнее за черными или темно-коричневыми линзами. Но в пасмурные дни мир в таких очках кажется мрачным. Учитывая, что без яркого света зрачки расширяются и подвергаются еще большему ультрафиолетовому удару, то темные линзы можно заменить серыми, дымчатыми, розовыми, желтыми, голубыми, зелеными или бесцветными — лишь бы они были изготовлены из качественного материала, заставляли зрачки сужаться и действительно защищали глаза. Но если благодаря таким очкам окружающий мир изменил цвет — это подделка. Качественные цветные линзы только слегка меняют оттенок. А нарушение привычной гаммы в пользу одного цвета рассеивает внимание, человек в таких очках быстро устает. Цветные линзы могут создать проблемы людям, которым важно точное восприятие цвета, например, водителям.

Все солнцезащитные очки должны соответствовать требованиям безопасности, утвержденным Европейской директивой 89/686/ЕЕС и Техническим предписанием EN 1836–2005 (эта информация указывается в удостоверении, прилагаемом к очкам)

Кроме того, выбирая солнцезащитные очки, надо учитывать, что они должны защищать не только зрачок, но и кожу вокруг глаз. Тогда морщин в этой зоне будет меньше.

Теперь об оправе. Самый практичный материал для оправы — это нейлон, потому что он легко гнется и возвращается в исходное положение. Для изготовления оправ еще используют ацетат целлюлозы, специальные виды пластмасс, сталь, титановые сплавы. Чтобы подобрать очки, обязательно нужна примерка. Только так можно определить, насколько они удобны — не давят ли на переносицу носовые упоры, не жмут ли дужки. При наклоне головы очки не должны сваливаться или съезжать на кончик носа. Размер оправы должен быть пропорционален размеру лица. Если лицо квадратное, нужна оправка слегка закругленной формы, чтобы смягчить линию скул, круглое — с прямыми или угловатыми линиями насыщенных цветов, которые зрительно уменьшают лицо. Если лицо вытянутое, оправка должна закрывать большую его часть. При остром подбородке подойдут оправы с тонким ободком и вертикальными линиями без массивных деталей и ярких цветов. А на овальных лицах хорошо смотрится большинство оправ.

Носить солнцезащитные очки очень комфортно. Во-первых, никакого зажмуривания глаз и слезотечения, во-вторых, 100 % защита глаз от соринок на пыльных улицах и, в-третьих, свобода взгляда — на небо, на облака, навстречу весне, теплу и солнцу, что не может не радовать.

Марианна Хмельницкая

