

ویژگی عینک های آفتابی اصل و خوب را بشناسید

4 مرداد 1404

پیدا کردن عینک آفتابی مناسب فقط مختص تابستان نیست و این وسیله از چشم‌ها در برابر اشعه مضر «یووی بی» (UVB) و «یووی ای» (UVA) که همواره از خورشید ساطع می‌شوند، محافظت می‌کند.

پیدا کردن عینک آفتابی مناسب فقط مختص تابستان نیست و این وسیله از چشم‌ها در برابر اشعه مضر «یووی بی» (UVB) و «یووی ای» (UVA) که همواره از خورشید ساطع می‌شوند، محافظت می‌کند. البته همه عینک‌های آفتابی این قابلیت حفاظتی را ندارند، بنابراین در انتخاب نوع مناسب آنها باید دقت کنیم و قبل از خرید، اطلاعات کافی داشته باشیم.

سایت تخصصی «وری‌ولت هلث» در گزارشی، ماجرای زنی را شرح می‌دهد که عینکی را به قیمت ۵ دلار از سایت آمازون خریداری کرده بود و بعدتر در ویدیویی که در شبکه اجتماعی تیک‌تاک منتشر کرد، درباره استفاده از عینک‌های آفتابی «ارزان» هشدار می‌داد. او در این ویدیو از ابتلا به بیماری پینگوکولا (pinguecula) خبر داد. پینگوکولا رشد توده زردرنگ غیرسرطانی در قسمت سفید چشم است.

«میشل هولمز»، چشم‌پزشک و متخصص بینایی، می‌گوید: با وجود آنکه پینگوکولا معمولاً بی‌خطر است و در بینایی اختلال ایجاد نمی‌کند، در مقایسه با سایر ساختارهای چشمی، راحت‌تر تحریک می‌شوند و قرمزی و ناراحتی به دنبال دارند.

این ماجرا در واقع اهمیت انتخاب عینک آفتابی مناسب را گوشزد می‌کند و اینکه با تهیه نوع مناسب آن می‌توانیم از خطرات احتمالی آفتاب برای چشم‌ها جلوگیری کنیم، زیرا همه عینک آفتابی‌ها قابلیت حفاظتی ندارند. برای رسیدن به این مقصود پیش از همه باید بدانیم چرا عینک آفتابی مناسب از چشم‌ها محافظت می‌کند.

به گفته هولمز، عینک آفتابی مناسب برای محافظت از چشم‌ها در برابر آسیب‌های ناشی از اشعه‌های یووی خورشید و سایر محرک‌های محیطی مانند باد و گردوغبار ضروری است. او می‌گوید که این عینک‌ها تابش شدید خورشید را کاهش می‌دهند؛ به ویژه اگر برای اهداف خاص، به لنزهای رنگی و پولاریزه (مانع نور خورشید) مجهز شده باشند. آنها همچنین خطر ابتلا به سرطان پوست یا پیدا شدن چین‌وچروک اطراف چشم را کاهش می‌دهند.

به گزارش ایندپندنت، «برایان باکسر واپل»، متخصص چشم، می‌گوید عینک آفتابی‌های تاییدشده و مجاز معمولاً لایه‌ها و پوشش‌هایی دارند که از برخورد اشعه یووی ای و یووی بی با چشم‌ها که بیشترین آسیب را می‌رسانند، جلوگیری می‌کنند.

به گفته متخصصان، مردمک چشم‌ها پس از قرار گرفتن پشت شیشه عینک آفتابی، به دلیل رنگ تیره‌تر عدسی، گشادتر می‌شوند که در صورت استفاده از عینک آفتابی دارای گواهی یووی مشکلی ایجاد نمی‌شود، زیرا شیشه یا لنز عینک از چشم‌ها محافظت می‌کند. اما اگر از عینک آفتابی نامناسب و تقلبی استفاده کنید، چشم‌ها بیشتر از زمانی که عینک آفتابی نرده‌اید، نور خورشید دریافت می‌کنند، زیرا این نوع از شیشه‌های تیره، استاندارد لازم برای جلوگیری از ورود نور به چشم‌ها را ندارند.

به گفته هولمز، عینک آفتابی‌هایی که از چشم‌ها در برابر نور خورشید ۱۰۰ درصد محافظت می‌کنند، برچسب «یووی ۴۰۰» یا «۱۰۰ درصد محافظت در برابر یووی» دارند. اگر از درجه حفاظت عینکتان مطمئن نیستید، می‌توانید از طریق دستگاه فوتومتر که در مطب متخصصان چشم موجود است، متوجه شوید دقیقاً چه درجه‌ای از نور را مسدود می‌کنند.

برای خرید عینک آفتابی به چه نکاتی باید توجه کنیم؟

۱. محافظت در برابر اشعه یووی

مهم‌ترین ویژگی عینک آفتابی قابلیت محافظتی آن از چشم در برابر اشعه‌های مضر یووی ای و یووی بی است. همانطور که گفته شد، این قابلیت با برچسب «یووی ۴۰۰» و «۱۰۰ درصد محافظت در برابر یووی» مشخص می‌شود.

۲. لنزهای پولاریزه

دیگر مشخصه مهم عینک آفتابی لنزهای پولاریزه است. این لنزها از طریق پوشش‌های شیمیایی که در آن‌ها به کار رفته است، نور را فیلتر می‌کنند و تابش نور از سطوح بازتابنده را کاهش می‌دهند. با وجود این که این عینک‌های پولاریزه از عینک‌های رنگی گران‌ترند و لزوماً هم واجب نیستند، این عینک‌ها امواج نور افقی را مسدود می‌کنند و خستگی چشم را کاهش می‌دهند که در مواردی مانند رانندگی، اسکی و قایق‌سواری موثر است.

۳. تناسب کلی و قاب عینک

عینک آفتابی باید خیلی راحت و مطمئن روی چشم قرار گیرد و اگر خیلی بزرگ یا خیلی کوچک باشد، نمی‌تواند به‌خوبی از چشم‌ها در برابر تابش اشعه‌های یووی محافظت کند. هولمز می‌گوید اینکه شیشه‌های عینک چشم‌ها را به‌خوبی بپوشانند، ضروری است.

۴. کیفیت و دوام

مواردی مانند جنس و کیفیت از دیگر موارد مهم در انتخاب عینک آفتابی است. انتخاب عینکی که از مواد باکیفیت و ماندگاری بالا مانند لنز پلی‌کربنات یا شیشه و همچنین فریم حاوی فولاد ضد زنگ ساخته شده باشد، اهمیت دارد زیرا مقاومت عینک آفتابی در برابر ساییدگی و از هم گیسختگی روزمره را افزایش می‌دهند.