

INFORMACJA PRASOWA

Warszawa, 24 czerwca 2020r.

Klimatyzowane pomieszczenia – jak wpływają na zdrowie naszych oczu?

Kalendarzowe lato już z nami jest, ale na wysokie, letnie temperatury za oknem jeszcze czekamy. Upał i słońce cieszą, gdy jesteśmy na wakacjach, nad wodą albo kiedy spędzamy czas na leżaku w ogrodzie. Jednak przebywając w zamkniętym pomieszczeniu, nie jest to już tak przyjemne. Z pomocą przychodzi klimatyzacja. Dzięki temu praca w biurze w upalny dzień albo podróż samochodem przynoszą nam trochę wytchnienia. Jednak czy działa ona bez szkody dla naszego ciała? Niestety dla oczu jest szczególnie niekorzystna. Dlaczego?

Oczy nie lubią klimatyzacji

Przebywanie w klimatyzowanych pomieszczeniach mocno wpływa na nasz wzrok i to negatywnie. W jaki sposób? Powietrze w miejscach z zamkniętym obiegiem jest zazwyczaj bardzo suche, a to wprost – wysusza nasze oczy. Co więcej, w przestrzeniach biurowych znajduje się zazwyczaj bardzo dużo komputerów i monitorów, a wyświetlacze dodatkowo jonizują powietrze, co tylko zwiększa poczucie suchości. To wszystko sprawia, że nasze oczy mogą być przekrwione, bolące, pod powiekami możemy „czuć piasek” – komentuje Paweł Szczerbiński, ekspert Krajowej Rzemieślniczej Izby Optycznej.

Klimatyzacja ochładza powietrze, ale zarazem zmniejsza jego wilgotność. Z kolei, gdy powietrze jest suche, zachodzi nadmierne parowanie wody z filmu łzowego, co nasila występowanie problemu suchego oka. Może być on dokuczliwy nie tylko w biurze, ale także w czasie prowadzenia samochodu z włączoną wentylacją czy w centrum handlowym, gdzie klimatyzacja jest jedynym sposobem cyrkulacji powietrza. Przez to oczy wysuszają się, stają się podrażnione, zaczerwienione, bolą i pieką. Pamiętajmy, że „zespół suchego oka” (na tę przypadłość składają się m.in. powyższe objawy) to nie tylko dyskomfort, ale może prowadzić do poważniejszych powikłań zdrowotnych.

Wystawy sklepowe – wyzwanie do oczu?

Obecność w galeriach handlowych, poza suchym powietrzem niesie dla oczu jeszcze jedno zagrożenie. Aby zachęcić nas do zatrzymania się przy witrynach, wykorzystuje się do tego m.in. odpowiednie oświetlenie czy wizualizacje na kolorowych wyświetlaczach. Niestety, większość ekranów

multimedialnych jest skonstruowanych w technologii LED, która emituje dużą ilość szkodliwego promieniowania niebieskiego, a to niekorzystnie wpływa na nasze oczy i po prostu męczy wzrok.

Jak radzić sobie z problemem suchego oka?

Osoby, którym dokucza ból i dyskomfort związany z problemem suchego oka, mogą pomóc sobie stosując krople zapewniające długotrwałe i intensywne nawilżenie – np. krople do oczu Hyal-Drop multi (można je stosować także w celu nawilżania i zwilżania miękkich i twardych soczewek kontaktowych). Zastosowanie kropli, tzw. sztucznych łez, sprawdzi się, gdy długo przebywamy w klimatyzowanych pomieszczeniach.

Nie bez znaczenia są codzienne nawyki dlatego, gdy mamy możliwość, „gimnastykujemy” gałki oczne co pół godziny, najlepiej patrząc w dal przy naturalnym oświetleniu na kolorowe, naturalne widoki. Jeśli to możliwe, po 8-godzinym dniu pracy minimalizujemy korzystanie z elektroniki, a w czasie czytania dbajmy o odpowiednie oświetlenie pomieszczenia.

Bibliografia:

1. Materiały wewnętrzne
2. www.krio.org.pl

Hyal Drop® multi



Wyrób medyczny Hyal-Drop® multi zapewnia natychmiastowe nawilżenie i odświeżenie oczu, dobrze sprawdzając się w środowiskach dla nich nieprzyjanych (np. w suchych, klimatyzowanych pomieszczeniach czy podczas długotrwałej pracy przy komputerze).

Produkt Hyal-Drop® multi to klarowny roztwór kropli do oczu, nie zawiera środków konserwujących.

Produkt Hyal-Drop® multi zawiera naturalny polimer, kwas hialuronowy (w postaci hialuronianu sodu), który występuje w strukturach zdrowego oka ludzkiego oraz w naturalnym filmie łzowym.

Produkt Hyal-Drop® multi można stosować w celu nawilżania i zwilżania miękkich i twardych soczewek kontaktowych podczas noszenia, co znacznie poprawia komfort ich stosowania w trakcie całego dnia.

Krajowa Rzemieślnicza Izba Optyczna (KRIO)

Krajowa Rzemieślnicza Izba Optyczna (KRIO) – organizacja samorządu zawodowego, zrzeszająca obecnie 7 cechów optycznych, których członkowie prowadzą około 900 salonów, sklepów czy też usługowych pracowni optycznych.

Jednym z fundamentalnych warunków, pozwalających na przynależność do Cechu Optycznego, jest posiadanie kwalifikacji zawodowych i co najmniej trzyletni staż pracy. Ponadto, jednym z podstawowych dokumentów obowiązujących osoby zrzeszone w cechach optycznych jest Kodeks Etyczno-Zawodowy Optyka. W ten sposób KRIO bierze na siebie część odpowiedzialności za działanie zrzeszonych optyków, dając tym samym świadectwo ich umiejętnościom i kompetencjom.

KRIO systematycznie szkoli zrzeszonych optyków, współpracując w tym zakresie z ośrodkami akademickimi, takimi jak: Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Uniwersytet Medyczny w Poznaniu, Uniwersytet Warszawski, Uniwersytet Śląski, jak też Politechnika Wrocławska.

Więcej informacji: www.krio.org.pl