



Ochrana očí v lete: Slnečné okuliare nie sú všetko!

Ak spôsob, akým v lete chránite svoj zrak, začína aj končí tmavými sklami slnečných okuliarov, mali by ste vedieť, že nerobíte pre svoje oči dost. Prečítajte si, na čo všetko si dať v horúcich letných mesiacoch pozor.

Obmedzte používanie kontaktných šošoviek. Pre ľudí, ktorí nosia okuliare, znie rada vyhnúť sa v lete šošovkám ako úplný paradox. Práve vtedy totiž hľadajú spôsoby, ako nosiť slnečné okuliare či ako sa venovať aktivitám bez toho, aby ich obmedzovali rámy dioptrických okuliarov. No používanie šošoviek práve v letných mesiacoch nesie so sebou zvýšené riziko infekcií. Nečistoty (napríklad zrníčko piesku na pláži) a pot môžu pri manipulácii spôsobiť nepríjemné zápaly oka, ktoré dokážu prerásť aj do väčších komplikácií.

Zrak v kontakte s vodou

Schladiť sa v letných mesiacoch vo vode je úplne prirodzená aktivita, pri ktorej by ste však mali myslieť aj na svoje oči. Najmä na prírodných kúpaliskách buďte obozretní a dajte si pozor na sinice spôsobujúce zápaly. Chlórovaná voda na kúpaliskách však dokáže podráždiť oči rovnako, preto je pri kúpaní

a plávania dobré siahnuť po plaveckých okuliaroch alebo po každom kúpaní vymyť a upokojiť oči očnými kvapkami.

Vhodné slnečné okuliare

Samozrejmosťou vo vašej letnej výbave by mali byť slnečné okuliare. Pri výbere kvalitných okuliarov dbajte hlavne na ich účel (či ich budete využívať na šport, alebo bežné nosenie) a prispôbte ich tvaru a veľkosti svojej tváre. Nie z estetických dôvodov, ale preto, aby okuliare skutočne slúžili svojmu účelu a zabránili dopadu nebezpečných lúčov na sietnicu vašich očí. Poradia vám napríklad v očnej optike iClinic alebo v optikách Siloe.

iClinic dopraje vašim očiam komfort

Ideálnym riešením pre vás môže byť bezbolestná laserová operácia očí v očnej klinike iClinic, ktorá vás definitívne zbaví dioptrií. Zdajú sa

vám laserové operácie očí drahé? Zdravie, praktickosť a cena sú tri základné faktory, ktoré rozhodujú o tom, či sa človek rozhodne nosiť dioptrické okuliare, kontaktné šošovky, alebo či podstúpiť laserovú operáciu očí. Pred každým dôležitým rozhodnutím, ku ktorému operácia očí rozhodne patrí, treba zvážiť všetky pre a proti, vrátane finančných nákladov. Cena zákroku je jednorazová záležitosť a na prvý pohľad sa preto môže zdať niekomu vysoká. Keď si však porovnáte, ako často si meníte napríklad rámy na okuliaroch, či sklá s rôznou povrchovou úpravou, vrátane servisu, alebo ako často si kupujete kontaktné šošovky, vrátane roztokov, cena

operácie očí je podstatne nižšia ako investícia do refrakčných pomôcok. Neveríte? Zadaťte na stránke www.iclinic.sk (Kalkulačka úspor) do pripravenej kalkulačky svoj vek, odhadovanú výšku ročných nákladov na dioptrické okuliare či kontaktné šošovky (vrátane príslušenstva a servisu) a možno vás prekvapí, koľko finančných prostriedkov môžete do svojej 60-tyky ušetriť vďaka laserovej operácii očí.

Ešte stále váhate, či sú výhodnejšie okuliare, šošovky, alebo laserová operácia očí? Objednajte sa už teraz na bezplatnú konzultáciu v iClinic a využite aktuálne zľavy či platbu na splátky. Viac na stránke www.iclinic.sk.

Prečo si vybrať očnú kliniku iClinic?

- ✓ špičkoví odborníci
- ✓ najmodernejšie technológie
- ✓ maximálna bezpečnosť
- ✓ držiteľ certifikátu kvality TUV
- ✓ operácie bez bolesti
- ✓ doživotná záruka

iClinic Bratislava | iClinic Banská Bystrica
iClinic Skalica | iClinic Šamorín