

## Как правильно подобрать ребенку солнцезащитные очки



Солнце светит, отражается в капельках росы, бликует и переливается всеми цветами радуги на водной глади. Радует глаз и... слепит...

Летом, собираясь отвезти карапуза поближе к морю или к родственникам на юг, ты обязательно захватишь панамку, защитный крем и, скорее всего, забудешь о солнцезащитных очках. А ведь ультрафиолет представляет опасность не только для кожи малыша, но и для его зрения.

Офтальмологи, между прочим, приравнивают 40 минут на ярком солнце без очков к 2 часам перед телевизором.

Несмотря на то что проблемы со зрением возникают у людей в достаточно зрелом возрасте, 80% негативных последствий из-за

воздействия лучей человек накапливает до 18 лет. Ведь в первое десятилетие жизни хрусталик ребенка наиболее чувствителен к солнечной радиации и пропускает до 95% ультрафиолетового излучения.

### Бесполезный аксессуарчик

Если твой малыш уже является счастливым обладателем яркого аксессуара, не спеши радоваться. Цвет, фасон и цена – далеко не самые важные критерии для детских солнцезащитных очков. В первую очередь надо обратить внимание на линзы. Надевая на малыша очки с затемненными стеклышками, но без УФ-фильтра, ты усыпляешь природную бдительность его глаз. Зрачок реагирует на малую интенсивность света расширением, обеспечивая проникновение еще большего количества ультрафиолета к сетчатке.

Качество пластиковых линз можно определить даже дома. Положи их на тряпочку с квадратным плетением ткани. Чем лучше линза, тем меньше будет искажение структуры материала. Еще один «ультрафиолетовый» тест требует времени – после ношения область вокруг глаз, защищенных хорошими очками, останется незагорелой. Только не стоит такие эксперименты проводить со своим ребенком, лучше сразу подобрать правильный аксессуар.

### Линзы будущего

Основные требования к материалам для детских солнцезащитных очков – это безопасность, гипоаллергенность, легкость и комфорт. Ведь дети в любом возрасте очень активны, увлекаются самыми разнообразными играми и видами спорта, забывая, что на носу «сидит» серьезный оптический прибор. Вопрос, какие линзы лучше – пластиковые или стеклянные, в мире оптики на сегодняшний день уже решен. Первые занимают лидирующую позицию на рынках коррекции зрения благодаря великолепным оптическим свойствам и меньшему, по сравнению с линзами из минерального стекла, весу. Для предупреждения глазного травматизма сегодня выпущены модели из наиболее прочных и устойчивых к ударным нагрузкам материалов – поликарбоната и трайвекса.



Последний многие дизайнеры рассматривают как перспективный органический материал будущего! Поляризационные пластиковые линзы не только блокируют опасный ультрафиолетовый спектр, но и предупреждают вредное действие отраженного света (от воды, снега, льда, мокрого асфальтового покрытия), вызывающего сильное утомление глаз. Для этого на поверхность пластика наносятся

различные напыления – антибликовые и антистатические, водоотталкивающие, фотохромные, фотозащитные покрытия и затемнения. Очки-«хамелеоны» способны быстро изменять светопропускание в зависимости от интенсивности солнечного излучения, не пропуская к глазам ультрафиолет.

### Все цвета радуги

Какой бы колор ни был хитом сезона, детские очки из года в год сияют всеми оттенками радуги. На кого рассчитано такое многоцветье, сказать трудно – видимо, на несведущего покупателя. Офтальмологи для детских солнцезащитных очков рекомендуют лишь серый и коричневый со средним значением светопоглощения до 70%. Первый позволяет реально воспринимать окружающие цвета. А второй отфильтровывает наибольшее количество ультрафиолетовых и инфракрасных лучей.

Для предупреждения возрастной дегенерации макулы детям, имеющим предрасположенность к этому заболеванию, рекомендуется использовать желто-коричневые линзы. Они содержат синтетический аналог природного пигмента меланина и отфильтровывают 100% ультрафиолетового и 98% коротковолнового синего диапазона солнечного излучения.

А вот ношение розовых очков негативно влияет на психику ребенка. К тому же красный спектр может затруднить восприятие, так как искажает все цвета. Линзы темно-розового цвета средней оптической плотности можно применять лишь для игры на воздухе в зимний день. Исключительно при этих условиях они улучшают контрастность и восприятие глубины пространства.



Не самое лучшее влияние оказывают на зрение очки с синими линзами. Выглядят они, конечно, эффектно, но их хозяину не позавидуешь. Синяя оптика стимулирует расширение зрачков, что на солнце приводит к ожогу глаз. Также не рекомендуются серо-голубые и зеленые линзы высокой оптической плотности.

### Внимание на оправу

Всех детей, согласно мнению ведущих производителей в оптике, можно разделить на три возрастные группы: 0-5, 6-10 и 11-15 лет. Для каждой из них рекомендуются конкретные виды продукции.

Дизайнеры тщательно продумывают форму оправ, чтобы они хорошо сидели на детском лице и обеспечивали широкое поле зрения. У представителей младшей возрастной категории лица могут быть практически круглыми, а глаза – расположенными близко друг к другу, при этом переносица у них достаточно плоская и невысокая, что может привести к определенным затруднениям при подборе оправ. Производители не мудрствовали лукаво и к разным моделям придумали эластичные красочные ленты, позволяющие закрепить очки на голове, а также шнурки и цепочки.

Запомни, что правильно подобранный аксессуар тот, о наличии которого малыш забывает уже через несколько минут. Поэтому даже самые маленькие покупатели должны их обязательно померить. Приобретай только тот вариант, который понравится ребенку, и обязательно убедись, что оправка хорошо сидит: не сдавливает голову, очки не съезжают с носа при резких движениях и не причиняют других неудобств. Также при выборе учитывай, что максимум веса очков приходится на переносицу. Красивый аксессуар ни в коем случае не должен давить на нее. С возрастом переносица становится выше и уже, поэтому не рассчитывай на то, что малыш может лет пять ходить в одних очках. Их придется менять не реже одного раза в год.

На качественном товаре должна быть этикетка, где указано название фирмы-производителя, материал, из которого сделаны линзы. Иногда на детских очках пишут, из чего изготовлена оправка. Обрати внимание: название фирмы на дужке должно соответствовать этикетке!

Сегодня пользуются популярностью оправы из титана, несмотря на достаточно высокую стоимость, кевлара – сверхпрочного синтетического материала (который используется в числе всего прочего для изготовления бронжилетов), каучука и ацетата целлюлозы.



Для самых маленьких (от 0-3 лет) специалисты рекомендуют носить очки со страховочной эластичной резинкой на липучке, регулируемой по длине.

### Мнение специалиста

Если вы с ребенком собрались провести отпуск на море или в горах, выбирайте особые, многофункциональные очки, которые хорошо защищают глаза от солнца в любых условиях. Маленькая деталь: линзы должны иметь зеркальное покрытие. Если ребенок страдает близорукостью или дальнозоркостью, попробуйте подобрать ему очки с диоптриями, в оправу которых вставлены фотохромные линзы-«хамелеоны». В них ему будет комфортно как в помещении, так и на улице. Если «хамелеоны» не нравятся, выберите солнцезащитные очки с обычными темными линзами, но с диоптриями. Для этого требуется выписанный врачом-окулистом рецепт и хороший магазин оптики, в котором не только продают готовую продукцию, но и принимают заказы на изготовление очков.

### Идеальные очки

1. На дужке указывается цвет линз и процент света, который он поглощает. Например, В-15 (коричневые линзы пропускают 15% света) или G-20 (серые пропускают 20% света)
2. Страховочная эластичная резинка
3. Оправка цельнокроеная
4. Коричневый или серый цвет линз
5. Название фирмы на дужке должно соответствовать этикетке
6. Оптимальный вариант линз – поликарбонат

