



През най-горещия сезон слънцето все повече и задълго грее и припича. Хората започват да сменят не само тоалетите, но и с охота и по необходимост се "въоръжават" с тъмни очила. Някои дори са убедени, че и когато на небето има облаци, пак трябва да се вземат мерки срещу ултравиолетовото излъчване на небесното светило. Има и такива обаче, които, избирайки нови слънчеви очила, придирчиво преценяват дали им отива рамката, цветът, обръщат внимание на формата, аксесоарите и удобството. И тези фактори никак не са за пренебрегване. Но има много по-съществени, които често убягват от вниманието на потребителите. Като например цветът и материалът на стъклата и рамките, както и равномерната им окраска.

Човешките очи притежават природна защита от слънчево излъчване. Хората инстинктивно ги присвиват, а ирисите рефлексивно се стесняват, като по този начин се намалява проникването на прекалено ярката светлина и вредното ѝ влияние. Освен това здравият очен кристал притежава естествен филтър, който не пропуска част от ултравиолетовите лъчи.

Разбира се, мнозина се тревожат, че при присвиването на очите се образуват бръчки. Очилата донякъде помагат тяхната поява да се измести във времето и предпазват от ултравиолетовото излъчване. Но ментетата не притежават това свойство и не само че няма да ви предпазят, но може и да навредят.

Пластмасовите слънчеви очила пропускат повече ултравиолетови лъчи, а и "залъгват" зениците, които заради тъмния цвят на стъклото не се свиват. По този начин се увеличава натоварването върху очите, което може да предизвика помътняване на кристала и да навреди на зрението.

Където и да си купувате

очила - в скъпи специализирани магазини или на някоя сергия на пазара, навсякъде ще ви уверяват, че стъклата им 100% не пропускат вредните UV лъчи. В този случай трябва да знаете, че те просто все още не са създадени. И най-добрите, съществуващи засега в търговските вериги, пропускат ултравиолета от 3 до 8 процента. При избор на очила на пръв поглед има два варианта - да разчитате само на марки, издаващи сертификати за качество, или изобщо да не купувате слънчеви очила, след като се съмнявате в техните предпазни свойства. А може да опитате да потърсите и друго решение, като например подробно да се запознаете с етикетите да разберете какво пише върху тях.

Често срещан е надписът "**Blocks at least 95% UVB and 60% UVA**", което в превод означава "Не пропускат 95% ултравиолетови лъчи тип "B" и 60% UV тип "A". И двата типа са опасни за здравето, но все пак повечето неприятности за очите възникват заради първия.

Някои фирми за слънчеви очила в сертификатите за качество посочват дължината на вълните, която не се пропуска от стъклата. Когато издръжливостта на ултравиолетовия спектър включва до 400 нанометра (нм), това означава, че такива очила най-добре от всички ще ви защитят от ултравиолетовото излъчване. Предпазването от вълни до 350 нм предполага, че през стъклата преминава малка част от т.нар. близък ултравиолет, което говори за непълна протекция.

Отворен обаче остава въпросът доколко посочените върху етикета свойства на очилата наистина отговарят на реалните. Разбира се, не всеки ще отиде да търси специализирана лаборатория, за да тества качествата на новите си слънчеви "наочници", за да разбере доколко са ефикасни срещу ултравиолетовото излъчване. Все пак някои техни свойства могат да се определят, без да прибегвате до специализирана техника.

При покупка на нови очила е необходимо да бърнете внимание на **цвета и формата на стъклата**. Те трябва да са достатъчно тъмни и с равномерно оцветяване. Светлите или такива със затъмнение само отгоре не поглъщат в достатъчна степен ултравиолетовите лъчи и очите бързо ще се изморяват.

В "Теорията на цветовете" Гьоте твърди, че жълтият цвят "радва окото, отваря сърцето, ободрява духа и носи усещане за топлина". Факт е, че на много хора им идва да се усмихнат, когато погледнат на света през жълто стъкло. Синият цвят представя всичко в по-печална светлина. Червеният придава на пейзажа страшен вид. Зеленият изглежда доста неестествено върху стъклата на слънчеви очила, но придава свежест на гледката. Някои цветове сами по себе си носят усещането за топлина - червеният, оранжевият, жълтият и жълто-зеленият, а синьо-зеленият, синият и лилавият навяват хлад.

Не е маловажна и **формата на очилата**. Стилистите казват, че хората с кръгло лице трябва да носят големи, набиващи се на очи цайси с тънки дръжки за ушите. Оптично по-тясна изглежда физиономията, ако очилата са с изящна геометрична рамка. Триъгълния тип лице (подчертани скули плюс остра брадичка) ще допълни моделът с разширена форма в горната част на стъклата. На "яйцеглавите" пасват почти всички модели очила, а тънката рамка само ще подчертае красотата на очите и ще направи погледа по-изразителен.

Съхранявайте ги правилно

Ако искате по-дълго време да носите избраните от вас слънчеви очила, необходимо е да ги пазите и съхранявате правилно. Когато ви ги продават, най-често в комплект към

оригиналните, върви платнена торбичка и твърд калъф. Ако такива липсват, потърсете си сами подобни аксесоари.

Избягвайте да слагате очилата на масата или на бюрото си със стъклата надолу - така лесно може да се надраскат.

Бършете ги със специално парцалче или тънко парче мека кожа - те са за предпочитане пред носните кърпички или салфетки, които често оставят бели парченца върху стъклата.

Как да познаете ментето

Помнете, че върху оригинални слънчеви очила **не пише "Made in USA"**. Също така те не могат да бъдат произведени в Canada или в Great Britain. Вносът им е само от Италия, Франция, Австрия, Германия, както и от Китай, Малайзия и някои други азиатски държави. Освен това надписът за произхода им трябва да започва именно с думите "Made in". Така че, когато четете "frame" или "design in", най-вероятно пред вас са очила-менте.

В България от няколко години се предлагат оригинални образци на световноизвестни, популярни и предпочитани марки с многогодишен опит в производството на очила. Лейбълите застават зад гаранцията за наличието на ултравиолетова защита на продукцията си и издават сертификат за качество, което потвърждава, че очилата са минали специални изпитания и наистина предпазват очите от вредното излъчване.

Шестте "ако"

Избирайки слънчеви очила, най-напред обърнете внимание на някои важни детайли:

- 1. Ако ирисът на окото ви е разположен точно в центъра на стъклото, този модел е най-подходящият за вас.*
- 2. Ако цветът на стъклата е прекалено светъл, по-добре не рискувайте с покупката, а изберете по-тъмен нюанс, който да не застрашава очите ви.*
- 3. Ако очертанията на сгради и силуетите на хора не се виждат ясно през слънчевите очила, потърсете друга марка или модел.*
- 4. Ако горната част на стъклата е по-тъмна от долната, ще виждате предметите в цветове, по-близки до реалните. Но при подобни модели донякъде са намалени предпазните свойства на очилата.*
- 5. Ако зоната, покрита от слънчевите очила, остава бяла, това означава, че ултравиолетовите лъчи не минават през стъклата и очите са добре предпазени. Така че цайсите оправдават цената си и има смисъл да ги носите.*
- 6. Ако очилата ви струват по-малко от 25-30 лева, със сигурност нямат висока UV защита.*

Здравето на детските очи

Офталмолозите и педиатрите засега не са постигнали общо мнение по темата от каква възраст детето може да носи слънчеви очила. Детските лекари препоръчват родители да се замислят над този въпрос, едва когато хлапето навърши 3 години. Очните специалисти пък смятат, че очилата са необходими много по-рано - от 3-месечна възраст.

Днес родителите все по-често взимат малките си деца със себе си на море или планина. Затова защитата от слънчево излъчване има огромно значение. Очилата служат при малчуганите и като бариера срещу мръсотия и прах. Те също така могат да предпазят от алергични реакции, от повреда и изгаряне на очните тъкани. За здравето на детските очи е много важно материалът, от който са направени очилата, да е хипоалергичен. Стъклата трябва да имат категория 3-4 на UV защита. За предотвратяване на травми детските очила трябва да имат гъвкави дръжки и добре да се закрепват върху главата.