



Mėlyna šviesa, kurią skleidžia kasdien mūsų naudojami išmanieji prietaisai, televizorius, saulė bei LED ir fluorescencinės lemputės, gali kenksmingai paveikti akies tinklainę ir paskatinti geltonosios dėmės degeneracijos vystymąsi. Dėl šios ligos gali sutrikti gebėjimas skaityti, vairuoti ar net atpažinti žmonių veidus. Specialistai teigia, kad užbėgti už akių žalingam mėlynos šviesos poveikiui gali padėti tinkami akinių lęšiai.

Paveikia tinklainę

„Mėlynos šviesos spinduliai yra labai skvarbūs – jie pereina visas akies terpes ir pasiekia tinklainę. Šių spindulių poveikis gali sukelti oksidacinį stresą, ypač jei mėlyna šviesa ilgai ir intensyviai veikia tinklainės fotoreceptorius. Pastarieji gali žūti, o tai gali paskatinti tinklainės geltonosios dėmės degeneracijos vystymąsi“, – aiškina oftalmologas, medicinos mokslų daktaras Saulius Galgauskas, penktadienį dalyvavęs didžiausių individualizuotų akinių lęšių gamintojų Baltijos bei Rytų Europos šalyse „Baltic Optical Dimension“ organizuotoje „Optikų konferencijoje BOD`17“.

Pasak jo, amžinė geltonosios dėmės degeneracija yra nuo daugelio faktorių priklausanti liga, tačiau mėlynos šviesos ilgalaikis poveikis skatina jos atsiradimą ir progresavimą.

Mėlynos šviesos blokavimas

Specialistai tikina, kad sumažinti neigiamą mėlynos šviesos poveikį gali padėti akinių lęšiai, praleidžiantys nekenksmingą mėlynos spalvos spektrą, o žalingą blokuojantys.

„Kai kuriuose išmaniuosiuose telefonuose galima naudoti specialų filtrą, apsaugantį akis. Tačiau mėlyną šviesą skleidžia ne tik telefonai, bet ir kompiuteriai, televizoriai, LED ir fluorescencinės lempos. Tokiu atveju geriausiai gali padėti speciali akinių lęšių danga. „BOD“ savo klientams siūlo „Blue Balance“ lęšius, apsaugančius nuo kenksmingų spindulių ir mažinančius akių nuovargį. Kita galimybė – akiniai, kurių jau pats lęšis yra pagamintas iš specialios medžiagos „Blue 420“, blokuojančios kenksmingą mėlyną šviesą“, – teigia „Baltic Optical Dimension“

Parašė Romana

Pirmadienis, 12 Birželis 2017 12:36

pardavimų vadovas Tautvydas Monkeliūnas.

Natūralios mėlynos šviesos nauda

Pasak oftalmologo S. Galgausko, natūrali mėlyna šviesa žmogaus organizmui gali turėti teigiamą poveikį.

„Dienos šviesa palaiko sveiką žmogaus biologinį laikrodį. Natūraliai gaunama mėlyna šviesa padeda sureguliuoti cirkadinį ritmą – natūralius miego bei kėlimosi ciklus. Be to, ji pagerina atminties bei budrumo funkcijas, pakelia nuotaiką“, – teigia D. Galgauskas.