

RDEČE OČI

Kriv je računalnik

Vse več mladih ima težave z rdečimi očmi.

Gašper Završnik / Ljubljana

6. 2. 2011, 10:20 / Osveženo: 9. 6. 2011, 10:16



Foto:

"Z rdečimi očmi se srečujemo izjemno pogosto, predvsem s sindromom suhega očesa, ki ga ima več kot 25 odstotkov naše populacije," pravi **oftalmologinja Petra Schollmayer**. Pri tem izpostavlja rezultate raziskave, ki so pokazali, da je pri bližinskem delu ali delu z računalnikom pogostost mežikanja petkrat manjša kot sicer, posledici pa sta manjše vlaženje očesne površine s solzami in povečano izhlapevanje solz.

Delajte premore

Rdeče oko je lahko posledica očesnega vnetja, krvavitve ali povišanega očesnega pritiska, toda največkrat je vzrok sindrom suhega očesa. Oftalmologinja opozarja, da imajo s suhimi očmi vse pogostejše težave tudi mlajši, ki računalnik velikokrat uporabljajo več ur na dan. "Svoje prispevata tudi delo in prebivanje v klimatiziranih prostorih, saj suh zrak dodatno izsuši očesno površino," dodaja oftalmologinja. Svetuje, da pri delu z računalnikom delate premore in računalniški zaslon postavite nižje od višine oči, saj bo tako pri gledanju očesna reža manj odprta.