



Salute + prevenzione 16-ott-2017

## Scegliere la migliore protezione per i propri occhi

Molto sensibili e completamente insostituibili: i rischi per l'occhio sono molteplici e possono avere conseguenze disastrose.

**Qualunque cosa potrebbe accadere ai nostri occhi in un semplice istante, sia sul posto di lavoro o mentre ci dedichiamo al divertimento e agli sport. È certo che i nostri organi visivi sono troppo importanti per esporli a qualunque rischio inutile. Scegliere la massima cura e protezione è l'unica scelta giusta.**

Un proverbio tedesco frequentemente usato recita – “Das kann ins Auge gehen” (letteralmente, “Quello potrebbe entrare nei tuoi occhi”, che significa in realtà “Potrebbe andare storto”. nostri > occhi sono esposti a tutti i tipi di rischi. La potenza dei raggi solari, ad esempio, non deve essere sottovalutata. Naturalmente, grazie ai nostri occhi siamo attirati da ciò che ci circonda, come una bella giornata di sole al mare che ci allietta e ci fa sorridere. Sfortunatamente, dove c'è un lato luminoso, c'è anche un lato oscuro. I raggi ultra-violetti, abbreviati UV, possono essere molto dannosi per i nostri occhi.

### Protezione dal sole per gli occhi

La luce del sole è la più importante fonte di radiazioni UV e può danneggiare vari tessuti oculari. Può essere particolarmente pericolosa per la superficie dell'occhio (cecità bianca), le lenti (cataratta, anche conosciuta come opacità) e la retina (maculopatia solare, degenerazione maculare).

La luce UV consiste di luce UV-A (porta l'abbronzatura, ma anche le rughe) la luce UV-B (porta scottature e cancro della pelle) e la luce UV-C (questi sono i raggi più pericolosi, ma sono quasi completamente bloccati dalla fascia di ozono).

Quello che quasi nessuno sa è che anche gli occhi possono scottarsi. La cornea e la congiuntiva sono

le più colpite. Il rischio più alto è sempre quando la luce del sole è riflessa pesantemente, cosa che capita in un paesaggio ricoperto di neve o quando si trascorre del tempo in acqua.

Con le > [lenti giuste](#) è possibile proteggere ottimamente i propri occhi dai pericolosi raggi UV, senza rinunciare a nulla. Quando si compra un paio di occhiali da sole bisognerebbe tenere a mente queste importanti indicazioni:

- **Protezione dalla luce UV:** gli occhiali da sole devono assorbire almeno il 99% di raggi UV o raggi di luce fino a 400 nm.
- **Filtri gialli:** chiamato anche filtri blu perché bloccano tutte i raggi blu. Come risultato, l'occhio percepisce le cose circostanti in una tinta giallognolo. Vantaggi: miglior contrasto per gli oggetti molto lontani, soprattutto in una giornata nuvolosa o nevososa. Adatti soprattutto per gli sciatori, i cacciatori, i marinai e i piloti.
- > **Filtri polarizzati:** bloccano la luce diffusa. Per es. la luce riflessa dalle superfici d'acqua o dal manto stradale bagnato. Particolarmente utili per guidare e pescare..
- > **Lenti specchiate:** riducono la quantità di luce che raggiunge l'occhio, ma non offrono alcuna protezione sicura dalla radiazione UV.
- > **Lenti a tinta sfumata:** sono più scure nella parte alta dell'occhiale, e più chiare sotto. Bloccano il bagliore che può colpire l'occhio quando si guarda dritto o verso l'alto, ma permettono la normale visione verso il basso. Sono utili per chi guida, ma sono sconsigliati per la spiaggia o sulla neve perché è proprio dal basso che può arrivare un forte bagliore.
- > **Lenti fotocromatiche** si scuriscono automaticamente quando la luce solare è intensa e si schiariscono quando è buio o in luogo chiuso. A seconda delle radiazioni UV e della temperatura circostante, questi processi oggi, grazie alle nuove tecnologie, impiegano molto meno di cinque minuti per l'attivazione completa.

La protezione dell'occhio è spesso raccomandata anche per ragioni mediche. Questa riguarda soprattutto coloro che, per patologie di vario genere, possono incorrere in un danno ancor maggiore se esposti alle radiazioni UV. Ad esempio:

- ✓ **Pazienti con degenerazioni maculari e retiniche.** Dovrebbero sempre indossare lenti con un buon filtro UV quando trascorrono del tempo all'aperto.
- ✓ **Pazienti operati di cataratta.** Gli occhi di questi pazienti sono particolarmente sensibili alla luce UV perché la lente naturale è stata rimossa ed è stata sostituita da una lente artificiale (lente intraoculare). Nonostante le nuove lenti intraoculari ora abbiano protezione UV, è sempre bene una protezione ulteriore.
- ✓ **I pazienti che stanno seguendo una terapia medica che può avere interferenze con i raggi UV.** La terapia per la psoriasi e principi attivi farmaceutici come la tetraciclina, la doxiciclina, l'allopurinolo e la fenotiazina rientrano in questo caso, sono le cosiddette "terapie fotosensibili". Incrementano la sensibilità dell'occhio alla luce UV. Il medico di fiducia può dare specifiche informazioni su questo argomento.

## Checkup visivo online

Vedi bene i colori e i contrasti? Effettua il test e verifica la qualità della tua performance visiva.

Inizia il test adesso!

(\* il test non sostituisce la visita presso un Professionista della Visione)

# La protezione per l'occhio sul lavoro

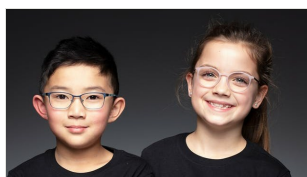
Per alcune attività lavorative è molto importante anche una speciale protezione per l'occhio. I maggiori fattori di rischio sono:

- ✓ Polvere, schegge, trucioli o particelle liquide che si sviluppano durante lavori di saldatura, di sabbatura e di taglio così come lavori di coibentazione e di cesellatura. Possono essere pericolosi anche lavori con attrezzi che causano esplosioni, apparati fluidi o generatori di getti di vapore;
- ✓ Sostanze corrosive o irritanti, per es. quando si lavora con acidi e soluzioni alcaline e quando si mischiano e si applicano adesivi e materiali di rivestimento usando spray o metodi di rivestimento spray;
- ✓ Luce accecante o radiazioni dannosa, per es. quando si salda e si lavora con i laser;
- ✓ Effetto di calore o fiamme;
- ✓ radiazioni laser

## Trova un Centro Ottico ZEISS vicino a te



## Articoli correlati

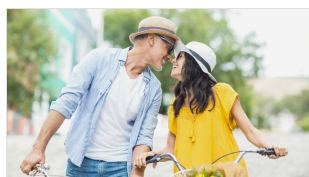


### Perché gli occhiali per bambini dovrebbero offrire la migliore protezione UV

Quello che tutti i genitori dovrebbero sapere.

Salute + prevenzione 12-mar-2019

Tag: occhiali da sole, Occhiali per bambini

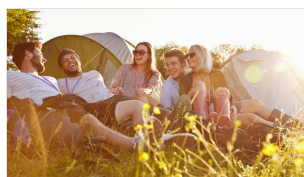


### Quali sono gli occhiali da sole più adatti al vostro stile di vita?

C'è un paio di occhiali da sole perfetto per ogni occasione

Salute + prevenzione 27-lug-2018

Tag: occhiali da sole

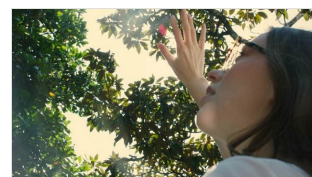


### Protezione UV e protezione contro l'abbagliamento

Qual è la differenza?

Salute + prevenzione 6-lug-2018

Tag: occhiali da sole



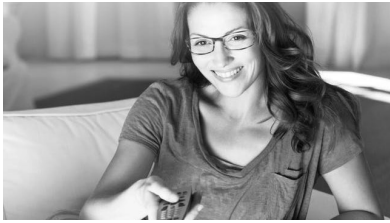
### Protezione UV nella vita quotidiana

Finestre, vestiti e occhiali - Cosa blocca la luce UV? E cosa no?

Salute + prevenzione 28-mag-2018

Tag: occhiali da sole

## Prodotti correlati



### **DuraVision BlueProtect**

Il trattamento con filtro per la luce blu.

[Per saperne di più](#)



### **Lenti da sole**

La soluzione ideale per godersi le attività all'aperto.

[Per saperne di più](#)



### **Occhiali da sole con un trattamento a specchio**

Uno statement di moda e un'utile soluzione.

[Per saperne di più](#)



#### **Esplora**

Comprendere la visione  
Salute + prevenzione  
Lifestyle + Fashion  
Guida + mobilità  
Sport + tempo libero  
Lavoro

#### **Aiutami a scegliere**

Occhiali da lontano + da lettura  
Lenti multifocali  
Occhiali da sole  
Occhiali da lavoro  
Occhiali sportivi  
Occhiali per bambini  
Trattamenti per le lenti  
Lenti a contatto  
Pulizia delle lenti  
Presso l'ottico

#### **Servizi**

Check up visivo online

#### **ZEISS per l'Ottico Optometrista e il Medico Oculista**

Strumenti + tecnologie  
ZEISS, Lenti per occhiali  
Soluzioni per la pulizia delle lenti ZEISS