

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)

[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się



Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Najlepsze okulary słoneczne? - żółte lub bursztynowe

Radzi amerykański ekspert w dziedzinie okulistyki - prof. Janet Sparrow z Columbia University Medical Center w Nowym Jorku.

Badaczka uważa, że dobre są również soczewki zabarwione na ciemno, tj. na brązowo lub na czarno. Odradza natomiast kupowania okularów zabarwionych na niebiesko. "Żółte lub bursztynowe soczewki zatrzymują światło niebieskie, które może przyspieszać starzenie siatkówki i rozwój poważnej choroby oczu prowadzącej do ślepoty. Natomiast soczewki ciemne filtrują wszystkie kolory światła" - wyjaśnia swoje zalecenia.

Sparrow prowadzi badania nad wpływem światła niebieskiego na rozwój zwyrodnienia plamki żółtej związanego z wiekiem (w skrócie AMD). Plamka żółta jest centralnym obszarem siatkówki, który odpowiada za ostre widzenie. Jej uszkodzenie prowadzi do rozwoju ślepoty. AMD jest uważane za wiodącą przyczynę ślepoty wśród osób starszych.

Jak tłumaczy badaczka, ludzie obierają światło słoneczne jako białe, trzeba jednak pamiętać, że jest to tylko złudzenie. W rzeczywistości światło to jest kombinacją promieniowania o różnej długości fal, czyli różnych kolorach. Spektrum barw białego światła jest identyczne jak w tęczy.

Światło widzialne z zakresu niebieskiego ma największą zdolność aktywacji pewnych związków, które gromadzą się w siatkówce wraz z wiekiem. Na tej drodze przyczynia się do uwalniania wolnych rodników - cząsteczek bardzo szkodliwych dla komórek i tkanek, które przyspieszają ich starzenie.

Soczewki zabarwione na niebiesko przepuszczają właśnie fale z zakresu niebieskiego, dlatego niezależnie od wieku, powinniśmy unikać niebieskich okularów przeciwsłonecznych.

Badaczka przypomina też, by przy zakupie okularów słonecznych upewnić się, czy są wyposażone w filtry promieniowania UV. Soczewki z filtrami UV nie mają konkretnego koloru, ale są wykonane z materiału, który nie przepuszcza UV. Nie wszystkie okulary przeciwsłoneczne posiadają takie filtry.

[PAP](#)

Skomentuj na forum

<http://laboratoria.net/aktualnosci/4160.html>



02-04-2020

Nieznany gen oporności na antybiotyki rozprzestrzenił się niezauważony

Niepodobny do żadnego innego gen oporności na antybiotyki niepostrzeżenie rozprzestrzenił się już na kilka patogenów.



02-04-2020

Ekspert: nie zwlekajmy, w razie udaru wzywajmy pomoc natychmiast

Ograniczenia związane z walką z epidemią COVID-19 nie obejmują leczenia chorób zagrażających życiu.



02-04-2020

Badania kliniczne leków do walki z epidemią

Pierwszy z testowanych leków kardiologicznych miałby pomóc w łagodzeniu i skróceniu przebiegu choroby.



02-04-2020

Uniwersytet Trzeciego Wieku uruchomił zdalną naukę dla każdego

W czasie epidemii słuchacze Gdańskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku mogą zdalnie uczestniczyć w zajęciach.



02-04-2020

[Co dostarczają przekąski po treningu dzieciom?](#)

Liczba kilokalorii spożywanym przez dzieci w postaci przekąsek po wysiłku przewyższa liczbę kalorii spalonych podczas treningu.



02-04-2020

[Jak dbać o ręce, gdy często je myjemy i dezynfekujemy](#)

Częste mycie rąk i ich dezynfekcja to teraz podstawa naszego funkcjonowania. Dowiedz się, jak o nie zadbać.



31-03-2020

[Jak koronawirus wpływa na Polaków](#)

Z badań opinii i rynku przeprowadzonych w ostatnim czasie wyłania się bardzo ciekawy obraz życia społecznego w czasach zarazy.



31-03-2020

[Fizycy pokazują, jak splątać cząstki, które nie miały ze sobą kontaktu](#)

Polscy fizycy pokazali, jak wytworzyć dowolny typ splątania dla cząstek, które nigdy się nie spotkały.

Informacje dnia: [Nieznany gen oporności na antybiotyki rozprzestrzenił się niezauważony Ekspert: nie zwlekajmy, w razie udaru wzywajmy pomoc natychmiast](#) [Badania kliniczne leków do walki z epidemią Uniwersytet Trzeciego Wieku uruchomił zdalną naukę dla każdego](#) [Co dostarczają przekąski po treningu dzieciom? Jak dbać o ręce, gdy często je myjemy i dezynfekujemy](#) [Nieznany gen oporności na antybiotyki rozprzestrzenił się niezauważony Ekspert: nie zwlekajmy, w razie udaru wzywajmy pomoc natychmiast](#) [Badania kliniczne leków do walki z epidemią Uniwersytet Trzeciego Wieku uruchomił zdalną naukę dla każdego](#) [Co dostarczają przekąski po treningu dzieciom? Jak dbać o ręce, gdy często je myjemy i dezynfekujemy](#)

Partnerzy



-
- [Baza wiedzy](#)
- [Forum](#)
- [Humor](#)
- [Regulamin](#)
- [Oferta reklamy](#)
- [O nas](#)
-

Copyright © 2013 by Laboratoria.net | Aktualizacja: 02.04.2020 09:08