

LAIKAS MATYTI AIŠKIAI

Jums virš 40-ies ir vis dažniau pastebite, kad sunku matyti iš arti? Tikėtina, jog tai – presbiopija, natūralus regos kitimas, kai su amžiumi akies lęšiukas tampa mažiau elastingas ir pasidaro sudėtinga aiškiai matyti artimus objektus. Su presbiopija taip pat susidūrusi aktorė **Inga Norkutė** (47) prisipažįsta iš pradžių bandžiusi šį reiškinį ignoruoti.



Pamenu, parduotuvėje reikėjo perskaityti veido kaukės sudėtį – bandžiau tai padaryti, bet vaizdas tarsi susiliejo. Norėdama išžiūrėti, kas parašyta, priemonę nuo savęs stūmiau tolyn. Tuomet prisiminiau kažkieno pasakytą frazę, kad senstant rankos pradeda ilgėti, – vieną pirmųjų susidūrimų su presbiopija prisimena aktorė.

Inga atvirauja tuomet dar nepagalvojusi, kad jos rega keičiasi ir tai nėra atsitiktinis dalykas: „Turiu prisipažinti, kad iš pradžių tas nematymas iš arti sunervino, mintyse pykau: seniau juk tikrai didesnėmis raidėmis visas etiketes spausdindavo, o štai dabar – tokiu smulkiu šriftu, kad žmonės net negali įskaityti, kas parašyta. Žodžiu, kuri laiką tarsi neiği šitą būseną, ieškai pasiteisinimų.“

Ji pasakoja, kad situacija skaitant veido kaukės sudėtį – tik viena iš dešimčių, mat kasdieniame gyvenime tokių pasitaiko nuolat: norint įsigilinti ne tik į kosmetikos, bet ir į maisto produktų, papildų ar vaistų sudėtį, apmokant sąskaitas, skaitant žinutes telefone ir panašiai.

Inga itin dažnai skaito scenarijus, jie irgi kartais tampa iššūkiu dėl sunkiai įskaitomų raidžių. „Tuomet prašau spausdinti didesniu šriftu, bet prašinėti ir išsiskirti iš kitų nesinori, kad paskui negalvotų, jog ta Norkutė tikra primadona su savo reikalavimais“, – šypneli aktorė.

KAI RANKOS TAMPA „PER TRUMPOS“

Šiandieninės technologijos leidžia akinius pritaikyti kiekvienam žmogui individualiai – pagal darbo specifiką, laisvalaikio pomėgius ir kasdienes įpročius. Pavyzdys – visame pasaulyje pripažinti, o Lietuvoje vis labiau populiarėjantys daugiafunkciai akiniai, kitaip vadinami progresiniais, leidžiantys patogiai matyti įvairiu atstumu.

Su įprastais akiniais galima gerai matyti tik vienu atstumu: su tolio – tik į tolį, su skaitymo – tik iš arti. Iki tam tikro amžiaus vienu įprastų akinių užtenka, nes žmogus gerai mato įvairiu atstumu. Tačiau nuo 45–50 metų daugumai pasireiškia amžinė toliaregystė, kai tampa sunku matyti iš arti, pavyzdžiui, įskaityti smulkias raides. Šis procesas paliečia visus: ir tuos, kurie iki tol nešiojo akinius, ir tuos, kurie matė gerai. Tada ir prisireikia daugiafunkčių akinių, kurie užtikrina gerą matymą įvairiais atstumais: į tolį, vidutiniu atstumu ir iš arti.

Pasitaiko žmonių, kurie abejoja daugiafunkčių akinių privalumais ir mano, kad jais neįmanoma naudotis dėl nemalonių pojūčių, atsirandančių vos pirmą kartą užsidėjus. Su senos kartos progresiniais akiniais matymo laukas buvo siauresnis, todėl reikėjo gerokai daugiau pastangų mokantis juos tinkamai nešioti. Šiuolaikiniai daugiafunkciai lęšiai gaminami naudojant inovatyvias skaitmenines technologijas, todėl juos galima maksimaliai pritaikyti kiekvienam individualiai.

Žinoma, išmokti kelias pamokas reikės, tačiau pastangos atsipirks su kaupu – komfortiškai matysite įvairiu atstumu su vienais akiniais. Jei dvejojate, ar tokie akiniai jums galėtų tikti, konsultuokitės su „Fielmann“ optikos specialistais, kurie pasiruošę atsakyti į visus klausimus, o, įsigijus tokius akinius, kantriai mokytis jais naudotis.

Nustokite jaudintis, tiesiog **laikamatyti.lt** atlikite paprastą regos testą ir užsiregistruokite pas specialistą