

Το φως της μέρας επηρεάζει την όραση



Πρόσφατη έρευνα συνέδεσε το

ημερήσιο φως με την ποιότητα της όρασης κατά την παιδική ηλικία.

Κινέζοι ερευνητές διαπίστωσαν πως το φως της ημέρας επηρεάζει τόσο την ικανότητα όρασης όσο και το σχήμα των ματιών των παιδιών.

Στη μελέτη του Πανεπιστημίου Guangzhou παρακολουθήθηκαν περίπου 200 παιδιά με μυωπία ηλικίας 8-14 ετών στην Δανία, όπου η ημέρα διαρκεί μόνο 7 ώρες το χειμώνα και 18 ώρες κατά τους καλοκαιρινούς μήνες.

Κατά την διάρκεια των χειμερινών μηνών όπου το φως της ημέρας ήταν ελάχιστο, η μυωπία των παιδιών προχώρησε κατά 0.32 διοπτρίες (μονάδα μέτρηση της οπτικής ικανότητας του φακού), ενώ η μυωπία των παιδιών κατά την διάρκεια του καλοκαιριού επιδεινώθηκε κατά 0.28 διοπτρίες.

Σύμφωνα με τους ερευνητές, καθώς το μήκος του βολβού αυξάνει από τα εμπρός προς τα πίσω, η μυωπία χειροτερεύει. Το μήκος του βολβού του ματιού στους συμμετέχοντες αυξήθηκε κατά 18 mm το χειμώνα και κατά 14 mm το καλοκαίρι.

«Οι ώρες που το μάτι εκτίθεται στο φως της ημέρας επηρεάζουν την μυωπία. Ακόμα και όταν έχει συννεφιά το φως του ήλιου είναι πιο δυνατό από το φως μέσα σε ένα δωμάτιο» σημείωσε ο επικεφαλής της έρευνας Ντογκμέι Κουί, ο οποίος συνέδεσε το ημερήσιο φως με την επιδείνωση της μυωπίας.

«Καλό θα είναι οι γονείς να παροτρύνουν τα παιδιά τους, όταν πάσχουν από μυωπία, να μην παίζουν έξω από το σπίτι κατά την διάρκεια της ημέρας, πράγμα που θα έχει θετική επίδραση στην όρασή τους» συμβουλεύει ο Κουί.

Πηγή: ikypros.com