

Παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο: Δείτε τι προκαλεί στα μάτια σας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[79ba59891fc9f096fc50cbd125d837ef_L](#)

Η παρατεταμένη έκθεση στον ήλιο μπορεί να αποτελέσει σημαντικό παράγοντα κινδύνου για την υγεία των ματιών.

Μελέτη που έγινε σε 5.000 άτομα μέσης ηλικίας και σε ηλικιωμένους επιβεβαιώνει τη σχέση της έκθεσης στον καλοκαιρινό ήλιο κατά τα νεανικά χρόνια και την εμφάνιση της ωχράς κηλίδας, η οποία προκαλεί συνήθως θαμπή όραση ή θολές περιοχές και παρουσιάζεται με την πάροδο της ηλικίας.

Το πρόβλημα, το οποίο πρέπει να σημειωθεί ότι δεν θεραπεύεται, δημιουργείται όταν βλάβη στον αμφιβληστροειδή προκαλεί αιμορραγία και άλλες βλάβες που σταδιακά μειώνουν την όραση.

Σύμφωνα με τους επιστήμονες από το Πανεπιστήμιο του Ουισκόνσιν, στις ΗΠΑ, η έκθεση στο δυνατό ήλιο μπορεί να είναι επικίνδυνος παράγοντας για πρόωρη εμφάνιση της ωχράς κηλίδας.

Σε εξετάσεις που διήρκεσαν πέντε χρόνια, οι ερευνητές βρήκαν ότι αυτοί που κατά δήλωσή τους κυκλοφορούσαν σε περιόδους μεγάλης ηλιοφάνειας κάτω από τον ήλιο, τουλάχιστον πέντε ώρες την ημέρα, στη δεκαετία των 30 τους χρόνων, είχαν διπλάσιο κίνδυνο να παρουσιάσουν προβλήματα στην όραση, σε σχέση με αυτούς που καταγράφηκαν να παραμένουν στον ήλιο λίγη ώρα όταν ήταν μικρότεροι.

Τα γυαλιά και το καπέλο αποτελούν πολύ μικρή προστασία για το δυνατό ήλιο, γι' αυτό οι ειδικοί επισημαίνουν ότι οι άνθρωποι πρέπει να αλλάξουν τη συμπεριφορά και τον τρόπο ζωής τους σε σχέση με τον ήλιο.

Πηγή: onmed.gr