



Látni és látszani MAGYAR OPTIKUSOK AJÁNLÁSÁVAL

A ROSSZ LÁTÁS NEM CSUPÁN ANNYIT JELENT, HOGY NEHEZEN OLVASSUK EL A TÁBLÁRA ÍRT SZAVAKAT, VAGY NEM ISMERJÜK FEL A BARÁTAINKAT TÁVOLRÓL: SOKSZOR BALESET OKOZÓJA IS A MEGFELELŐ SZEMÜVEG HIÁNYA. STOCKINGER-BAKONYI GYÖRGY, DIPLOMÁS OPTOMETRISTA SEGÍT ELIGAZODNI A JÓL LÁTÁS TERÉN.

Ha van jogosítványod, biztosan tapasztaltad, milyen fontos, hogy élesen lásd az utat és a közlekedési táblákat. Ahogy az autódodat rendszeresen ellenőrizteted, a látásodat sem árt, így a szerviz mellett érdemes felkeresni évente egyszer az optikust is.

Tudtad, hogy az autóvezetéshez szükséges döntések és mozdulatok 90 százaléka a látástól függ? A rossz időjárási viszonyok és a sötétség pedig tovább ronthatják látási viszonyainkat vezetés közben, ezzel növelve a baleset esélyét.

A „Látni és látszani” kampány épp erre kívánja felhívni az autósok figyelmét. A kezdeményezés az ORFK-Országos Balesetmegelőzési Bizottság és az X-MEDITOR Kft. közös közlekedésbiztonsági és baleset-megelőzési kampánya. Az akcióhoz számos ismert ember adta a nevét, mint például Rákóczi Feri műsorvezető, Vincze Ottó labdarúgó, valamint Kammerer Zoltán háromszoros olimpiai és háromszoros világbajnok kajakozó. Céljuk, hogy felhívják a figyelmet egy társadalmilag fontos témára, melyhez a Magyar Optikus Ipartestület is csatlakozott.

A SZEMÜVEG NEM CIKI, SZUPER KIEGÉSZÍTŐ!

A rossz látásnak egyértelmű jele, ha sokat hunyorogsz, vagy úgy érzed, elmosódnak a

dolgok a távolban. A gyakori fejfájás szintén utalhat szemproblémára. Azonban fontos, hogy ne csak panaszok esetén forduljunk szemorvoshoz vagy optometristához, mivel lehet, hogy időközben észrevétlenül romlott a látásunk, így érdemes éves rendszerességgel ellenőriztetni szemünket.

A szemüveg mellett, hogy „gyógyászati segédeszköz”, remek öltözködés-kiegészítő. Ma már nem tudunk olyan divatmárkát említeni, amely ne dobott volna piacra saját szemüvegkollekción. Így ha az orvos vagy az optometrista szemüveget javasol, nem kell megijednünk, viseljük azt bátran! Ha mégsem akarjuk hordani, a kontaktlencse határfoka teljes mértékben megegyezik a hagyományos szemüveglencséjével, a tudomány fejlődésével pedig kevés olyan fénytörési hiba van, amelyet ne lehetne kontaktlencsével korrigálni.

A szemüvegen felül, szélvédőnk épségére, tisztaságára is fontos ügyelnünk. Egy maszatos üveg ugyanúgy elhomályosítja látásunkat, mint egy rossz szem. Továbbá a felverődő kavicsok okozta

karcolások nemcsak a szabad kilátást akadályozzák, hanem egyéb veszélyforrást is jelenthetnek a jármű utasai számára.

MIT ELLENŐRIZNEK A LÁTNI ÉS LÁTSZANI KAMPÁNY SORÁN?

AZ OPTIKUSNÁL:

Rövidlátás (myopia) esetén a közeli tárgyak jól láthatók, a távoli dolgok, alakok körvonalai azonban elmosódtak, homályosak. Ilyen esetben problémát jelenthet akár a néhány méterre lévő családtag, ismerős felismerése is. A megfelelő szemüveges korrekció megoldja az ilyen jellegű fénytörési hibát.

Távollátáskor (hypermetropia) a szem a távoli tárgyakat, alakokat tisztán és élesen láthatja. A közeli (1-1,5 méteren belüli) dolgok azonban gyakran éleetlenek, homályosak. 40 év felett ez a hatás

tovább erősödik, mivel a szem fiziológiája változik, alkalmazkodóképessége csökken. A jó szemüveg tiszta, éles képet ad a közeli tárgyakról is.

Tórikus korrekcióra abban az esetben van szükség, ha a látott kép nem pontszerűen éles, a tárgy vagy alak körvonala elmosódott, akár közelre, akár távolra tekintünk. A szakember néhány perc alatt meg tudja állapítani, hogy milyen tengelyállásnál szükséges korrigálni ahhoz, hogy ismét éles képet kapjunk a világról. Ez a fajta fénytörési hiba kombinálódhat rövid és távollátással is.

GÉPJÁRMŰ ESETÉN:

A műhelyben szerviz, illetve javítási munkán lévő gépjárművek ingyenes átvizsgálása a „Látni és látszani” tematikája szerint. A műhelybe „Látni és látszani” átvizsgálásra érkező gépjármű ingyenes átvizsgálása,

cserealkatrészre, illetve javításra árajánlat adása, továbbá kedvezményes áron történő átvizsgálása, cserealkatrészre, illetve javításra árajánlat adása.

NE LEGYÜNK LÁTHATATLANOK...

Nem elég jól látnunk, nekünk is jól láthatóvá kell válnunk, így érdemes éves rendszerességgel elvinnünk autónkat a szervizbe, ahol ellenőrzik az ó „szemét” is, vagyis a fényszórókat. A megfelelő fényerősség mellett az sem mindegy, hogyan állítjuk be: ha a fényszóró rosszul van beállítva, ha csak egyetlen fokkal is feljebb hordanak a kelleténél, a szembe jövő gépjármű vezetőit elvakítják! Ha a fényszóró csak egyetlen fokkal is lejjebb hord, a világítás hatékonysága huszad részére csökken, ami 30 méteres látáscsökkenést jelent az utakon.

Továbbá ne csak éjszaka használjuk a világítást, ködös, esős időben is ugyanolyan nehéz egy autót észrevenni, mint sötétben.

A KRESZ nagy hangsúlyt fektet a forgalomban lévő járművek kivilágítására, például, hogy éjszaka és korlátozott látási viszonyok

között ki kell világítani, valamint lakott területen kívül minden esetben. Az (üttesten) álló járművekkel kapcsolatban pedig kimondja, hogy éjszaka és korlátozott látási viszonyok között ki kell világítani, kivéve, ha közvilágítás van vagy a járművet egyéb külső fényforrás kellően megvilágítja.

AZ AKCIÓ FÓKUSZPONTJA: A MEGELŐZÉS, A FELKÉSZÜLÉS, A FELELŐSSÉG ÉS A TUDATOSSÁG

A cél a közlekedésbiztonság fejlesztése, a regisztrált partnerek révén pedig segítséget nyújtani az autósoknak, hogy felkészüljenek a közlekedésbiztonság szempontjából fokozottan veszélyes, őszi/téli időszakra. Felhívja a figyelmet arra, hogy törődjünk egészségünkkel, autónkkal, ezáltal másokkal, valamint hogy a járművezető fizikai állapota (látása) és a vezetett gépjármű műszaki állapota egyaránt elválaszthatatlan összetevője a biztonságos közlekedésnek.

KETTŐ AZ EGYBEN

A „Látni és látszani” kampány keretében az autótulajdonosok a programhoz csatlakozott szervizekben ingyenesen átvizgáltathatják járművük világítását és szélvédőjét, a résztvevő optikákban pedig ellenőriztethetik látásukat 2018. október 16. és december 8. között. A résztvevők listája a latnieslatszani.hu oldalon érhető el.

(Bihari Bernadett Luca)