

خورشید، من و عینک آفتابی

راهنمای کامل خرید عینک آفتابی

نوشته: فرهاد کمالی



است که عینک آفتابی یک وسیله زیبایی نیست بلکه یک ضرورت است که باعث حفاظت چشم از آسیب‌های نور خورشید می‌شود. دکتر جین بارتون عضو انستیتوی استاندارد آمریکا (ANSI) معتقد است: «بزرگ‌ترین وظیفه عینک آفتابی تصفیه نور U.V. است.» او به

برخی از مردم بر این باورند که عینک آفتابی وسیله‌ای صرفاً تزئینی است ولی این وسیله جزو ضروریات زندگی هر فردی، بخصوص در فصل‌هایی مثل تابستان و زمستان است. استفاده عینک دودی در جایی مثل استرالیا برای کودکان اجباری شده است و این خود مؤید این نکته

تمام مردم استفاده از عینک آفتابی را گوشزد می‌کند.

U.V. از سه نوع A، B و C تشکیل شده است که نوع C آن به سطح زمین نمی‌رسد. نوع U.V.B. با طول موج کوتاه خطرناک‌ترین نوع تشعشعات برای چشم است. این نور در ارتفاعات و اغلب روی آب و برف بیشترین خطر را برای چشم دارد.

نوع U.V.A به اندازه U.V.B خطرناک نیست ولی برای چشم‌های ضربه‌هایی دارد که نیاز است تصفیه شود.

یک عینک آفتابی خوب بطور کلی باید دارای چهار ویژگی باشد:

- ۱- چشمان شما را در برابر اشعه ماوراء بنفش محافظت کند.
- ۲- چشمان شما را در برابر نور خورشید محافظت کند.
- ۳- چشمان شما را در برابر نورهای زننده و خیره‌کننده محافظت کند.
- ۴- وضوح و کنتراست را بهبود بخشد.

یک عینک ارزان قیمت معمولاً مزایای فوق را در اختیار شما قرار نمی‌دهد بلکه تنها از شدت نور می‌کاهد ولی اشعه ماوراء بنفش را حذف نمی‌کند. از این رو عنبیه چشمان به واسطه کاهش شدت نور و منبسط‌تر و بازتر شده و اجازه می‌دهد اشعه ماوراء بنفش بیشتری به آنها برسد که سبب آسیب به شبکیه چشم و در پی آن ابتلا به آب مروارید و حتی سرطان چشم می‌گردد. بنابراین حتماً از عینک‌های استاندارد و معتبر استفاده نمایید.

فریم عینک

در موقع خرید باید به دنبال عینکی باشیم که فریم محکمی داشته باشد. اندازه فریم نباید مانع دیدن اطراف شود. فریم‌های بزرگ شرایط مناسب را برای چشم مهیا می‌کنند و همچنین مانع از رسیدن نور از اطراف فریم به چشم می‌شوند. فریم همچنین باید هم‌اندازه و مکمل شکل و رنگ پوست شما باشد. مثلاً افرادی که صورت گرد دارند بهتر است فریم‌های مستطیل شکل را انتخاب کنند و افرادی که صورت‌شان مربعی و مستطیل شکل است بهتر است فریم‌های بیضی شکل را انتخاب کنند.

جنس فریم

۱- پلاستیکی

CELLULOSE ACETATE: مقرون به صرفه و خیلی سبک می‌باشد.

PROPIONATE: پلاستیک نایلونی که حساسیت‌زا نمی‌باشد و سبک‌وزن است.

NYLON-GLIDAMIDE: گلیدامید مقاوم در برابر گرما و سرما بوده و انعطاف‌پذیر اما سفت و حساسیت‌زا هم نمی‌باشد.

۲- فلزی

MONEL: آلیاژی از چند فلزی می‌باشد. ضد خوردگی بوده و معمولاً دارای روکش پالادیوم است.

TITANUM: سبک و بادوام، با استحکام و مقاوم در برابر خوردگی.

STAINLESS STEEL: استیل ضد زنگ، سبک‌وزن و حساسیت‌زا می‌باشد. مقاوم در برابر خوردگی و ساییدگی به واسطه داشتن فلز کرمیوم در ترکیبات.

لنز عینک

لنز عینک‌های آفتابی چه از شیشه باشد یا پلاستیک، بهتر است به

گونه‌ای باشد که در مقابل خراشیدگی مقاوم و بادوام باشد. لنزهای شیشه‌ای در برابر خراشیدگی مقاوم هستند، ولی این لنزها گران و سنگین هستند. یک مزیت لنزهای شیشه‌ای فراهم کردن صاف‌ترین دید است. در بازار سه نوع لنز پلاستیکی موجود است:

لنزهای یلیکی: این لنزها گران نیستند ولی نرم هستند و به سادگی خراش برمی‌دارند.

لنزهای پلی کربنات: از پلاستیک‌هایی با کیفیت بالا ساخته شده است. این لنزها سبک بوده و در مقابل ضربه مقاوم‌اند.

CR.39resin: این لنزها سخت هستند و دارای وزن سبک و در مقابل خراشیدگی بسیار مقاوم‌اند فقط کمی قیمت آنها بالاست.

تیرگی لنز

میزان تیرگی لنز بستگی به محیطی دارد که می‌خواهید از عینک استفاده کنید. در محیط‌هایی که شدت نور شدید است مانند ورزش کوهنوردی و اسکی روی برف، شما نیاز به لنزی دارید که بیشتر نور را سد کند یعنی چیزی در حدود ۹۵٪. برای رانندگی و کنار دریا ۹۰-۷۰٪ جذب نور مناسب است و لنزهایی که ۲۰-۱۰٪ نور را کاهش می‌دهد صرفاً برای زیبایی چهره به کار می‌رود. نکته مهم این است که میزان تیرگی هیچ ارتباطی با میزان حفاظت‌کنندگی آن عینک در برابر اشعه ماوراء بنفش ندارد.

ته رنگ لنز

۱- **ته رنگ خاکستری:** یک ته رنگ فوق‌العاده که سبب کاهش کلی روشنایی نور گشته و چشم‌ها را در برابر تابش‌های زننده محافظت کرده و برای رانندگی و استفاده عمومی مناسب می‌باشد.

۲- **ته رنگ زرد و طلایی:** میزان نور آبی را کاهش داده و در عین حال به فرکانس‌های دیگر نور اجازه عبور می‌دهد. ته رنگ زرد بطور کلی رنگ آبی را حذف کرده و سبب می‌گردد سه چیز واضح‌تر به نظر برسد و به همین خاطر است که بیشتر عینک‌های ویژه اسکی روی برف زردرنگ می‌باشند. در واقع این ته رنگ نور را مختل می‌کند. این نوع لنز برای رانندگی در شب، هوای ابری و مه‌آلود نیز مناسب است.

۳- **ته رنگ قهوه‌ای و کهربایی:** ته رنگ‌های عمومی هستند و مزایای آن کاهش نور زننده و حذف فرکانس‌های بالای نور مانند نور آبی و ماوراء بنفش است. مانند ته رنگ زرد، دید نور را مختل می‌کند اما کنتراست و وضوح را افزایش می‌دهد. برای دویدن، دوچرخه‌سواری و رانندگی مناسب است.

۴- **ته رنگ سبز:** کاهش نور زننده و حذف نور آبی از ویژگی‌های آن می‌باشد. از آن رو که ته رنگ سبز بالاترین میزان کنتراست و بیشترین درجه تیزیابی را فراهم می‌آورد بسیار محبوب می‌باشد.

۵- **ته رنگ صورتی و قرمز:** کنتراست عالی را از اجسام با پس‌زمینه آبی و سبز فراهم می‌آورد. برای شکار و اسکی روی آب مناسب است.

۶- **ته رنگ آبی:** بیشترین نور آبی را از خود عبور می‌دهد. برای گلف و تنیس و یا نشانه‌گیری مناسب است.

تناسب عینک با شکل بینی

یکی از نکات مهم در گزینش عینک مناسب، تناسب آن با شکل بینی است.

بینی پهن: برای آقایانی با بینی پهن، عینک‌های بدون زهوار یا قاب

فلزی بهترین انتخاب است، چرا که امکان می‌دهد خطوط بینی با شیشه عینک به خوبی ادغام شود. در مقابل عینک‌های قاب پلاستیکی حالتی متورم به بینی می‌دهند.

بینی دراز: بروید دنبال عینک‌هایی با قاب پلاستیکی مستقیم و افقی، با پل کوتاه (پل عینک آن قسمتی است که روی بینی قرار می‌گیرد) بگردید. **بینی قلمی:** صاحبان این نوع بینی اصلاً باید با عینک آفتابی از مادر زائیده می‌شدند! اگر از نعمت بینی قلمی برخوردارید، هر نوع قابی به صورت تان می‌آید.

بینی کوفته‌ای کوچک: مناسب‌ترین گزینه برای دارندگان این نوع بینی، عینک‌های قاب فلزی با پل بلند است که بینی را کشیده و قلمی‌تر نشان می‌دهد.

چه عینک آفتابی مناسب است؟

بسیار ساده است، بهترین عینک آفتابی عینکی خواهد بود که بتوانید اغلب ساعاتی که در فضای آزاد حضور دارید استفاده نمایید و احساس راحتی نمایید. نکته مهم و قابل توجه این است که باید عینکی انتخاب شود که تمام ویژگی‌های یک عینک خوب به لحاظ استاندارد را داشته باشد و با توجه به اینکه قرار است در طول روز از آن استفاده شود چنانچه از این عینک به لحاظ ظاهری خوش تان نیاید، فاقد ارزش است. بنابراین:

- ۱- هرگز فرم و ظاهر عینک را دست‌کم نگیرید، چرا که در صورتی که از آن استفاده می‌کنید که به لحاظ ظاهری از نظر خودتان و دیگران قابل قبول باشد.

۲- اندازه صورت شما باشد و با آن احساس راحتی کنید.

۳- به اندازه کافی وقت بگذارید و آن را روی صورت امتحان و دقت کنید. با استفاده از آن چه احساسی دارید.

۴- یک عینک خوب زمانی از چشم شما نگهداری می‌کند که روی چشم‌تان باشد، نه اینکه داخل داشبورد ماشین باشد و یا داخل کت بگذارید، یا آن را پائین‌ترین قسمت بینی قرار دهید و یا در نهایت روی موهای سر بگذارید.

۵- فراموش نکنید حتماً از درون شیشه عینک بیرون را نگاه کنید. به چشمان خود اجازه دهید که قضاوت کند چگونه محیط بیرون را می‌بیند.

۶- شما به عینکی نیاز دارید که به اندازه کافی شیشه آن تیره باشد تا از چشمان شما در مقابل نور زیاد محافظت و احساس راحتی نمایید و نیز تیگری آن به حدی نباشد که قدرت دید شما را در تاریکی کم نماید و یا استفاده از آن موجب اشتباه در تشخیص رنگ‌ها شود.

۷- رنگ‌های استاندارد که در رنگ شیشه عینک آفتابی م‌توان به کار برد عبارتند از:

خاکستری: از خاکستری کم‌رنگ تا تیره.

نارنجی: از نارنجی کم‌رنگ تا تیره.

قهوه‌ای: از قهوه‌ای کم‌رنگ تا تیره.

سبز: از سبز کم‌رنگ تا تیره.

۸- افرادی که از عینک‌ها یا لنزهای طبی استفاده می‌کنند اگر آنها پرتو U.V را از خود عبور می‌دهند، برای نگهداری از چشم باید از عینک‌های آفتابی استفاده نمایند.

۹- کودکان هرگز نباید از عینک‌های اسباب‌بازی استفاده نمایند. چرا که شیشه این عینک‌ها قادر به جذب و انعکاس پرتوهای مضر از جمله U.V نیست و به دلیل تیگری آن شدت نور مرئی را کاهش می‌دهد و در

نهایت موجب ورود مقدار بیشتری پرتو نامرئی و مضر به چشم می‌شود. ۱۰- نوع عینک آفتابی برای کودکان شبیه عینک بزرگسالان است. اما به دلیل تحریک زیاد آنها بهتر است که شیشه آن از پلی کربنات که نشکن است، استفاده شود.

۱۱- برای رانندگان استفاده از عینک آفتابی یک وسیله ضروری است؛ چرا که علاوه بر محافظت از چشم با کاهش شدت نور موجب افزایش دقت و دید هنگام رانندگی می‌شود.

۱۲- استفاده از عینک‌های آفتابی معمولی در شب جایز نیست اما رانندگان می‌توانند در شب از نوعی عینک که رنگ شیشه‌های آن نارنجی است، استفاده نمایند و این عینک‌ها علاوه بر اینکه موجب کاهش شدت نور چراغ‌های ماشین‌های روبرو می‌شوند، علاوه بر آن باعث می‌شوند که راننده بخش‌های تاریک جاده را بهتر ببیند.

۱۳- قاب عینکی که انتخاب می‌کنید باید حدقه چشم را بپوشاند و بتواند بطورکامل از ورود نور به داخل چشم جلوگیری نماید.

۱۴- در صورتی که در شرایط خاصی قرار دارید، از قبیل موقعیت‌های صنعتی و یا ورزشی باید از عینک مخصوص آن استفاده نمایید.

۱۵- در موقع خرید حتماً دقت نمایید که بر روی دسته عینک قید کرده باشند که U.V400 را منعکس می‌کند.

۱۶- برای تست کردن استاندارد بودن عینک آفتابی می‌توانید یک عینک فتوکرومیک طبی را زیر شیشه عینک آفتابی که قصد دارید بخرید قرار دهید و برای مدتی در نور مستقیم آفتاب بگذارید. اگر شیشه عینک آفتابی استاندارد نباشد اشعه U.V از آن عبور کرده و باعث تیره شدن شیشه فتوکرومیک عینک طبی می‌شود و این تیره شدن به معنای استاندارد نبودن عینک آفتابی است.

۱۷- همیشه عینک آفتابی را از فروشگاه‌های معتبر تهیه نمایید و به سراغ دست‌فروشی‌های کنار خیابان نروید.

۱۸- بهترین ماده برای تمیز کردن عینک آفتابی مایع ظرفشویی و آب گرم است.

۱۹- همیشه عینک خود را با دستمالی نرم پاک یا خشک کنید. پارچه‌های ابری روی لنز خراش ایجاد کرده و گاهی پوشش آینه‌ای عینک شما را از بین می‌برد.

۲۰- بهترین راه برای محافظت از عینک آفتابی، نگهداری آن در یک جلد سخت است. بند عینک نیز در جلوگیری از گم شدن و آسیب عینک بسیار کاربرد دارد.

۲۱- میانگین قیمت فریم‌های معمولی که اصولاً تقاضای بیشتری نسبت به سایر فریم‌ها نیز دارند، چیزی حدود ۱۷ هزار تا ۳۰ هزار تومان است.

۲۲- اگر می‌خواهید به سراغ بورس عینک بروید جایی مثل خیابان فلسطین تهران محل مناسبی است. در این خیابان با تعداد بیشماری فروشگاه عینک‌های طبی و آفتابی روبرو می‌شوید که به دلیل وسعت توان انتخاب می‌تواند محل مناسبی برای خرید عینک آفتابی باشد. نکته مهم دیگر این است که عینک‌های فروشگاه‌های این خیابان بطور معمول دارای استانداردهای پزشکی لازم برای عینک آفتابی هستند.

۲۳- برخی از معتبرترین مارک‌های عینک دودی عبارتند از:

RAYBAN, SUNTIGER, VGAMET,

REVOCEBE, CALVIN KLEIN, POLICE, BUCCI,

AZEL, BOOS, NIKE, DIESEL, TIMBERLAND, HLGO,

SMITH, FENDI, GEORGIO ARMANI, CHANNEL.