

[Akceptuję](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Z wiekiem wzrok się pogarsza

Prezbiopia czyli starczowzroczność. Brzmi mało atrakcyjnie, choć to proces zupełnie naturalny, który wraz z wiekiem dotyka wszystkich ludzi. Mniej więcej w wieku 40-45 lat, niezależnie od wcześniej zdiagnozowanych wad, wzrok człowieka po prostu zaczyna się pogarszać.

Pogorszenia widzenia to wynik starzenia się organizmu i wiotczenia mięśni, które regulują także akomodację oka, czyli jego zdolność dostosowywania do widzenia rzeczy w różnej odległości. Soczewka traci swoją sprężystość i twardnieje, co doprowadza do problemów z widzeniem z bliska. Nie jest to wada wzroku, ale naturalna konsekwencja starzenia się organizmu.

Według prognoz liczba osób zmagających się ze starczowzrocznością oraz ich udział w populacji będzie rósł. Przewiduje się, że w roku 2030 liczba osób z prezbiopią wzrośnie do 2,1 mld osób.

Prezobia: objawy

Z upływem czasu czytanie, praca przed komputerem czy nawlekanie igły zaczynają sprawiać problem. Pierwszy etap starzenia soczewki zachodzi skokowo, a utrata możliwości akomodacji jest wyraźna. Z biegiem czasu wada pogłębia się już mniej gwałtownie. Co dwa-trzy lata to utrata ostrości widzenia o ćwierć czy pół dioptrii.

Warto jednak każde problemy ze wzrokiem i ostrością widzenia skonsultować ze specjalistą ochrony wzroku. Osobom powyżej 40. roku życia zaleca się coroczne badanie wzroku i szybką korekcję za pomocą okularów. Jeśli zauważamy u siebie pogorszenie wzroku czy bóle głowy powinniśmy udać się do specjalisty – okulisty lub optometrysty, który zbada nasz wzrok i zdiagnozuje, czy problem to rzeczywiście prezbiopia.

Czynniki ryzyka

Niektóre czynniki mogą zwiększać prawdopodobieństwo rozwoju starczowzroczności, w tym:

- Uważa się, że długotrwała praca przy komputerze w ciągu dnia może przyspieszać proces degeneracyjny soczewki i prowadzić do wcześniejszego ujawnienia się starczowzroczności.
- Dalekowzroczność lub niektóre choroby — takie jak cukrzyca (zwłaszcza źle kontrolowana), stwardnienie rozsiane lub choroby sercowo-naczyniowe — mogą zwiększać ryzyko przedwczesnej starczowzroczności, czyli starczowzroczności u osób poniżej 40 roku życia.
- Leki. Niektóre leki mogą wpływać na elastyczność soczewki w oku, np.: leki antyhistaminowe, antydepresanty czy leki moczopędne.
- Zażywanie narkotyków oraz palenie papierosów.
- Wśród osób z dalekowzrocznością pojawia się wcześniej.

Czy TO można wyleczyć?

Starczowzroczności nie da się zapobiec. Jedyny sposób to niwelowanie jej objawów. Najczęściej zaczynamy od zrobienia sobie okularów „do czytania”. Gdy problem się pogłębia, konieczne będzie dokupienie drugiej pary - do dali.

Możemy też ułatwić sobie życie i zrobić okulary „dwa w jednym”, czyli progresywne, przeznaczone dla osób mających problemy zarówno z postrzeganiem dali, jak i bliży. W soczewkach tych okularów znajdują się obszary o różnej mocy - od tych, które zapewniają wyraźne widzenie obiektów znajdujących się blisko, poprzez odległości pośrednie, aż po moce przeznaczone do dali. Można je stosować praktycznie przy większości wad wzroku - zaawansowanym technologiom optycznym pozwalają uwzględnić indywidualne parametry użytkownika.

- Podczas konsultacji optyk opracowuje indywidualny profil widzenia, który w połączeniu z najbardziej zaawansowaną technologią projektowania i produkcji zapewnia stworzenie unikatowych, w pełni zindywidualizowanych soczewek progresywnych, gwarantujących niezwykle

ostre, komfortowe i przede wszystkim naturalne widzenie. Obecnie zaawansowane progresywne soczewki okularowe są projektowane osobno dla prawego i lewego oka, co pozwala na lepszą równowagę w widzeniu obuocznym - mówi Sylwia Kijewska, optometrystka z firmy Hoya.

Po czym poznać, że to starczowzroczność

Pierwsze symptomy prezbiopii pojawiają się około 40-45 roku życia, jako subtelne zmiany w zachowaniu. Wizytę u specjalisty warto rozważyć wtedy, gdy:

- Masz problem z wysłaniem wiadomości sms, przeczytaniem drobnego tekstu (np. na etykietach) i innych treści, które znajdują się w małej odległości od oczu,
- Długie czytanie sprawia ci trudność,
- Oddalasz od siebie książkę czy telefon, żeby lepiej dostrzec tekst,
- Po dłuższym czytaniu rozmazują się obiekty będące na dalszym planie,
- Potrzebujesz lepszego oświetlenia - często kupujesz żarówki o większej mocy,
- Pojawia się brak ostrości widzenia, ból oczu, głowy, podwójny obraz.

Źródło: pap.pl

<http://laboratoria.net/aktualnosci/31739.html>



23-12-2024

Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

Zawał już dawno przestał być chorobą

[mężczyzn](#)

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

[Świąteczna apteczka](#)

Szczypta umiaru i coś na zgage



23-12-2024

[Radioaktywny pluton się nie ukryje](#)

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

[Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

[Polacy są umiarkowanie prospołeczni](#)

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

[Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego](#)

Pokazały badania polskich naukowców.

Informacje dnia: [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#) [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!](#) [Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn](#) [Świąteczna apteczka](#) [Radioaktywny pluton się nie ukryje](#) [Złoty](#)

[Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

Partnerzy