



Sluneční brýle

Nosím je celý rok. Jistěže v létě, ale i v zimě, na podzim a zjara. Zacházím s nimi jako s doplňkem ke svému oblečení, náladě, programu. Otázkou je, zda nezapomínám na to hlavní: své oči.

Všechny své sluneční brýle jsem si koupila v módním butiku. Teď se jdu ale poradit s lékařem – MUDr. Imranem Zangim – do oční optiky v centru Prahy. Co mě jako první překvapí? Velká nabídka brýlí všech značek i cen. Vybírám si podle typu. Ty první „muší“ jsou módní už několik sezon. Co jim říká odborník? „Obsáhnou větší plochu kolem očí, takže pěkně stíní. Tím, že se v nich tolik nemračíte proti slunci, nedáváte vzniknout hlubokým mimickým vráskám.“ Má se vždy u brýlí změřit UVA a UVB filtr? ptám se. A dozvídám se, že všechny kvalitní brýle dnes UV filtry mají, takže měření není nutné. Co kdybych vyzkoušela ty s polarizačním filtrem? Filtr neomezuje propustnost odraženého světla, což znamená, že nebudu oslňována, uvidím lépe a ostřeji – ideální brýle pro řízení auta. A k čemu jsou gradalová skla, která jsou právě teď tolik v kurzu? Nahoře tmavá – dole světlá, vhodná opět za volant a do města, kde se střídá světlo a stín. Až ale pojedu na hory nebo k moři, mám si vzít tmavé, třeba i zrcadlové brýle s pořádným zatmavením (75 až 85%). Jedny doma mám, ale jsou starší, lehce poškrábané. „To očím škodí. Hůře uvidí-



Velké, takzvané muší brýle, VAN ZIPPER



Sportovní brýle, OAKLEY



Oči je třeba chránit *neustále*, celý rok!

te, ale hlavně odlesky slunce, které do oka proniknou, mohou podráždit rohovku,“ říká doktor Zangi nekompromisně. Prohlížím si brýle na kolo, na golf, na tenis... Mají větší rádius zakřivení skel, dobře se zasouvají pod helmu a při pádu sjedou z obličeje, takže se nezraním. Můžu si měnit barevné filtry: oranžové do mlhy, černé na slunce, čiré pro večer. Lékař mi nakonec vyšetřuje zrak, ptá se na můj pracovní život. Půl dne proseďím u počítače, který je u okna, a tak mi doporučuje používat sluneční brýle s malým, zhruba 15% zatmavením skel a s antireflexem.

Být majitelkou několika slunečních brýlí není rozmařilost, ale je dobré vědět, za jakým účelem si brýle kupuji. Když budu oči chránit, nehrozí mi ve stáří šedý zákal. ■

Jak na to

- * Při nákupu slunečních brýlí se určitě vyplatí si vyslechnout rady odborníka, který vám v optice oči může vyšetřit.
- * V optice vám také vysvětlí, které brýle jsou vhodné na řízení auta, které pro sport a které je dobré si pořídit k moři či do hor.
- * Vlastnit více druhů slunečních brýlí není rozmařilost, ale nutnost.



Gradalová skla, VAN ZIPPER



Elegantní brýle, DOLCE&GABBANA