

▼ REKLAMA

Novinky.cz

[Přihlásit se](#) | [Seznam](#)[Hlavní stránka](#) » [Žena](#) » [Styl](#)Podrubriky: [Vztahy a sex](#) [Zdraví](#) [Styl](#) [Děti](#)

# Sluneční brýle na horách nepodceňujte

Pokud se v zimních měsících rozhodnete vyrazit na hory, je vhodné vzít v potaz, že i na lyžích či snowboardu vás může sluníčko pěkně potrápit. Nespoléhejte ale na klasické sluneční brýle, které nosíte v létě. Ty totiž zrak nedokážou ochránit zcela. Není to jen o tom, aby člověk viděl na cestu. I zimní slunce totiž může být velmi nebezpečné.



## Včera 8:52

„V zimě dochází k odrazům slunečních paprsků od sněhu a tím pádem může mít člověk ještě větší obtíže, než v létě. Ultrafialové záření má vlnovou délku kratší než viditelné světlo, a tak jej vlastně nevidíme. Proto nás to může někdy zmást a navodit pocit, že brýle nejsou potřeba,“ varuje Adéla Maroszová, optometristka Grand Optical.

Pokud se pohybujeme v zasněženém prostředí, je potřeba myslet na to, že až 70 % světla se od sněhu odrazí, dodává.

▲ Na hory nezapomeňte přibalit lyžařské i sluneční brýle. Pokud vám vyhovují čočky, nespolehejte jen na ně. I s nimi totiž mohou být na horách problémy.

FOTO: [Profimedia.cz](#)

▼ REKLAMA

▼ REKLAMA

	měna	nákup	prodej
	<a href="#">EUR</a>	27,76	27,81
	<a href="#">USD</a>	24,28	24,32

[EURO platby do zahraničí ZDARMA! Více >](#)

### ▼ Komerční sdělení

[Zimní pneumatiky od 710 Kč! Vše kvalitně skladované se zárukou 10 let.](#)



[Výprodejové ceny zimních pneu startují](#)



[Spořicí účet ING Konto s výhodným úrokem a bez poplatků. Založte si ho zde!](#)



[Půjčit si na auto a ušetřit při tom? S](#)

## Možností je mnoho

Bohužel u většiny lidí, kteří nosí brýle, v zimě nastává, na rozdíl od léta, problém při přechodu ze zimy do tepla. To totiž znamená, že se jim skla zamlží a neuvidí na cestu. Nebo je také možný scénář, vzít si dioptrické brýle pod brýle lyžařské. Ale i tehdy hrozí zamlžování, a to i přesto, že dnešní moderní lyžařské brýle jsou vybaveny speciální úpravou právě proti zamlžování.

„Pokud se chystáte na sjezdovky, doporučuji sáhnout po brýlích s celými obroučkami, nejlépe z kovového materiálu, kvůli jejich vyšší odolnosti,“ doporučuje doktorka Věra Kalandrová z Oční kliniky Neovize. Další možnost je vybírat lyžařské brýle, které jsou speciálně určeny k nošení společně s brýlemi dioptrickými.

„Také můžete zvolit lyžařské brýle, do kterých lze vsadit dioptrický klip. Ty nabízejí komfortní zorné pole a lyžaři tak bezpečnější pohyb po sjezdových tratích,“ říká Maroszová.



Zleva: Brýle s vyměnitelnými skly, Oakley, info o ceně v obchodech. Tmavě modré unisex sluneční brýle Polaroid, Zoot, 999 Kč. Dámské oranžové brýle optimalizující periferní vidění a boční krytí, Oakley, info o ceně v obchodech. Sportovní brýle s možností vložení dioptrické vložky, vhodné na venkovní sporty, Adidas, 6167 Kč.

FOTO: Archiv firem



Nahoře pánské brýle na snowboard a lyže, Quiksilver, 4999 Kč. Dámské brýle s barevným sklem, Roxy, 2625 Kč. Brýle s polykarbonovými skly, Electric, info o ceně v obchodech.

FOTO: Archiv firem

Věra Kalandrová dále upozorňuje, že na trhu se dají sehnat i specifické pomůcky, jako například úchyt na připevnění dioptrických skel na lyžařské brýle, nebo speciální



REKLAMA

## Obrovská 3D smart TV

48" úhlopříčka.  
Luxusní design

19 990,-

**15 290,-**



ventilátor, který pod brýle přivádí čerstvý vzduch.

„Mnohem vážnějším rizikem je pak poranění oka o skla z dioptrických brýlí při pádech,” upozorňuje lékařka.

#### Proč jsou důležitá barevná skla v lyžařských brýlích?

Zabarvení folie v lyžařských brýlích eliminuje určitou část viditelného světla. Každému klientovi může vyhovovat jiný tón zabarvení. Folie lyžařských brýlí filtruje také UV záření, které je zvláště ve vysokých nadmořských výškách intenzivní.

#### Čočky jsou nejvhodnější, mají ale svá rizika

Nejpohodlnější a nejbezpečnější jsou, při všech sportech bez výjimky, dioptrické čočky. Na svazích je pak i výhodou, že si lze pohodlně nasadit lyžařské brýle a bez problémů se věnovat sportu.

Ovšem i zde hrozí riziko. Při extrémních mrazech a vysokých nadmořských výškách může dojít k otoku rohovky a následnému přimrznutí čočky k rohovce.

„Přimrznutí čočky v našich podmínkách ale nehrozí,” upřesňuje primářka Oční kliniky Duovize Lucie Valešová.

„K určitým potížím ale může dojít ve vysokohorském prostředí. Oči se více vysušují a může dojít k nedostatečnému okysličení rohovky a jejímu otoku. Prvním příznakem jsou barevné kruhy a následuje rozmazané vidění. V takovém případě je pro zdraví očí nutné co nejdříve čočky vyjmout a nahradit je brýlemi,” doporučuje Valešová.



Na procházku po horských hřebenech: se stříbrným detailem, Grand Optical, 1599 Kč. Sluneční brýle s modrými skly, Roxy, 2095 Kč. Černé elegantní brýle pro každou příležitost, Grand Optical, 3299 Kč.

FOTO: Archiv firem

Pokud tedy nosíte čočky na horách, je dobré mít stále brýle po ruce. Není to sice nejvhodnější řešení, avšak pro oči je to nejbezpečnější varianta.

Existují čočky, které mají funkci slunečních brýlí, tedy chrání oko proti UV záření? „Ano,” říká optometriska Pavel Beneš. „Platí to zejména u kontaktních čoček, které jsou vyrobeny z materiálu hypergel. Mají v sobě totiž zakomponovanou i složku, která blokuje škodlivé UV záření,” vysvětluje.

Člověk ale rozhodně neudělá chybu, když se do slunečního počasí na horách vybaví pro jistotu ještě nedioptickými slunečními brýlemi.

Eva Dvořáková, [Novinky](#)

#### [Chcete se zbavit brýlí?](#)

Bezbolestně, rychle a profesionálně jen u nás! Nyní akce 8.900 Kč / oko

[www.lexum.cz/bez-bryli-rychle](http://www.lexum.cz/bez-bryli-rychle)

#### [Pitcha Goggles](#)

Lyžařské a snowboardové brýle Značka pouze pro odvážné

<http://www.ride4stars.cz/pitcha/>

#### [Legíny na hubnutí](#)

Představujeme výjimečnou pomůcku pro spalování tuku až 4x rychleji!

[TopShop.cz/Leginy\\_na\\_hubnuti](http://TopShop.cz/Leginy_na_hubnuti)

SEZNAM.CZ reklama

[Vaše názory](#) - 0 příspěvků

[Vytisknout](#), [Sdílet článek](#)

## Žena

12:30



### [Běhání v těhotenství? Rada zní – poslouchajte své tělo](#)

Co člověk, to jiný názor – ale tak je to vždycky se vším. A tak razím teorii, že nejlepší je používat vlastní hlavu a poslouchat své...

11:02



### [Okopírujete styl vévodkyně Kate](#)

#### ■ **Obrazem**

Jedna z nejsledovanějších ikon, manželka britského korunního prince Williama, byla už od počátku odtajnění vztahu s populárním členem...

10:02



### [Lidé vyvozují důvěryhodnost z obličejových rysů](#)

Už z kradmého pohledu se mnohým lidem podaří zjistit, zda jim je daný člověk sympatický, nebo nikoliv. Nevědomky se zaměřujeme na...

8:49



### [Strach se vázat aneb Proč se někteří muži neženou do svatby](#)

Svatba je dalším logickým krokem, pokud spolu dva lidé již nějakou dobu žijí ve společné domácnosti. Zatímco někteří muži jsou sami...

## REKLAMA

### **Dobijte mobil i foťák kdekoliv a...**



Externí zdroj šťávy...

Aktuální cena:  
**1 190 Kč**

### **Bestseller: externí 1 000GB disk**



Špičková kvalita od...

Aktuální cena:  
**1 999 Kč**

### **Natočte to extrémně s GoPro**



Bestseller mezi...

Aktuální cena:  
**3 999 Kč**

[Více na Alza.cz](#)



[Hlavní stránka](#) [Stalo se](#) [Domácí](#) [Vaše zprávy](#) [Zahraniční](#) [Krimi](#) [Kultura](#) [Ekonomika](#) [Finance](#) [Sport](#) [Žena](#) [Koktejl](#)

[Komentáře](#) [Internet a PC](#) [AutoMoto](#) [Muži](#) [Věda a školy](#) [Bydlení](#) [Kariéra](#) [Cestování](#) [Téma](#) [Speciály](#) [Počasí](#) [Horoskop](#) [TV program](#) [Denní tisk](#) [Video](#)

Zprávy dne





FOTO:

## Egyptský velký imám vyzval k ukřižování teroristů z Islámského státu

**4. 2.** K ukřižování teroristů z Islámského státu, kteří upálili jordánského pilota Maáze Kasásbu, vyzval podle BBC a ABC nejrespektovanější představitel sunnitského islámu, velký imám z káhirské univerzity Al-Azhar, šejk Ahmad Sabah. [Celý článek »](#)



### Zemanův tým si nepřál, aby prezidenta obsluhovali handicapovaní. Uklízet mohli

**4. 2. Aktualizováno** Při návštěvě severních Čech zavítal v úterý prezident Miloš Zeman i do Krásné Lípy, aby zde s místními podnikateli poobědval v restauraci...



### Školy se nebudou smět zbavovat učitelů jen na prázdniny, rozhodla vláda

**4. 2.** Školy budou nově muset uzavírat smlouvy s pedagogy nejméně na 12 kalendářních měsíců. Návrh ministra školství ve středu odsouhlasila...

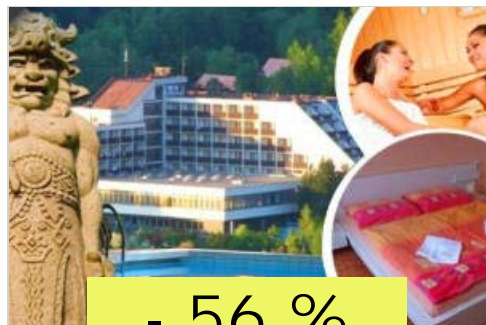


### Doživotní tresty pro hlavní míchače otráveného alkoholu platí ▶ Video

**4. 2. Aktualizováno** Vrchní soud v Olomouci ve středu potvrdil doživotní tresty dvěma údajně hlavním míchačům smrtící metanolové směsi Rudolfu Fianovi...

▼ REKLAMA

### Horský hotel v Beskydech, 3 dny pro 2



- 56 %

### 3-denní wellness pobyt v 4\* hotelu pro dva



- 40 %

### Wellness pobyt pro 2 v Orlických horách



- 53 %

**ZAPAKATEL.CZ**

nejoblíbenější slevy za nejlepší ceny

[Zobrazit další slevy >>](#)

Facebook

Twitter

RSS 1.0, RSS 2.0

Přidej na Seznam.cz

[Mobilní verze](#)

Redakci pište na email [redakce@novinky.cz](mailto:redakce@novinky.cz)

Deník Právo oslovíte přes adresu [redakce@pravo.cz](mailto:redakce@pravo.cz)

Pokud chcete informaci o inzerci na Novinkách, pište na e-mail [reklama@firma.seznam.cz](mailto:reklama@firma.seznam.cz)

[Nápověda a kontakt na helpdesk](#)

[Audiovizuální mediální služby](#)

[Ceník inzerce](#)

Copyright © 2003–2015 Borgis, a.s. © Copyright © 2015 Seznam.cz, a.s. Copyright © ČTK, DPA, Reuters a fotobanka Profimedia.

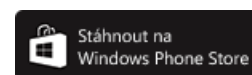
Publikování nebo další šíření obsahu serveru Novinky.cz je bez písemného souhlasu společnosti Borgis, a.s. zakázáno.

**Dodavatelem obsahu serveru Novinky.cz a osobou vykonávající redakční odpovědnost je společnost BORGIS a.s.**

Šířitelem reklamy na serveru Novinky.cz je společnost Seznam.cz, a.s., IČO 26168685.



Aplikace Novinky.cz pro váš telefon a tablet



[Stáhnout](#)

[Stáhnout](#)

[Stáhnout](#)