

تصحيح الرؤية الكامل

وسبب أهميته



ACUVUE®

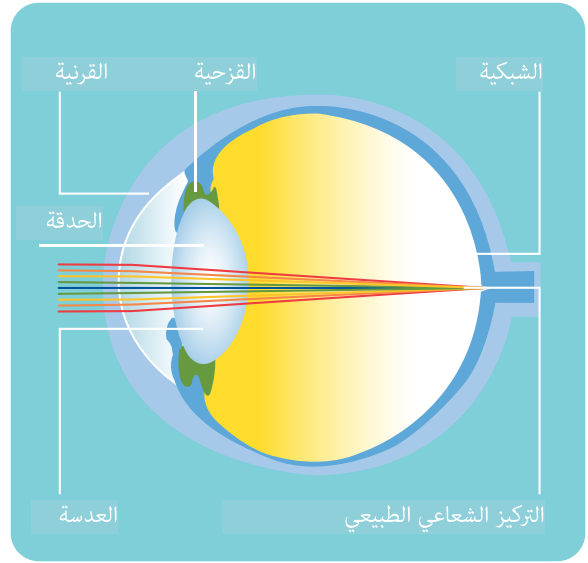


EYE HEALTH
ADVISOR®

الرؤية

حسب ظروف الإضاءة: فهي تتقلص في الإضاءة الساطعة لتقليل كمية الضوء الذي يدخل إلى العين، وتتمدد في الظلام لإتاحة أكبر قدر ممكن من الضوء للدخول. وبعدها يتم تمرير الأطياف الضوئية عبر العدسة البلورية ويتم تركيزها على الشبكية. يتم تكوين الصورة على الشبكية ونقلها عبر العصب البصري إلى المخ؛ حتى يتسنى لنا رؤية العالم من حولنا. إذا تم تركيز أشعة الضوء خلف الشبكية أو أمامها، فستكون الصورة خارج التركيز وسيتعذر علينا الرؤية بوضوح.

يتم تصحيح مثل هذه الأخطاء الانكسارية، مثل قصر النظر أو طول النظر، عن طريق ارتداء النظارات أو العدسات اللاصقة.



إن التمتع برؤية جيدة هو أمر مهم للاستماع بمستوى جيد من جودة الحياة. يُعد النظر من الحواس الأساسية للإنسان، ومن ثم، يحدد مدى استيعابنا للعالم من حولنا. غالبًا ما نستخف بالرؤية الجيدة. ومع ذلك، عندما نبدأ في التعرض لمشكلات في الرؤية، غالبًا ما يحدث ذلك تدريجيًا ولا يمكننا ملاحظته على الفور.

قد يتجاهل الأشخاص علامات ضعف الرؤية؛ تحت إطار "حسنًا، الأمر ليس بهذا القدر الكبير من سوء، يمكنني الرؤية بدرجة كافية" و"لست متأكدًا من رغبتني في ارتداء نظارات!". وبعد ذلك يسرون ويتعذر عليهم التعرف على أصدقائهم في الشوارع، أو يلحقون بالحافلة الخطأ، أو يفلتون الكرات أثناء ممارسة الرياضات، أو ربما يكون تحصيلهم في المدرسة أقل لأنهم لا يرون السبورة بوضوح.

هناك بعض الأفكار المغلوطة المحددة عن الرؤية وتصحيحها. هل سمعت من قبل عن أنه لا يتعين عليك ارتداء نظاراتك في جميع الأوقات أو قوة النظارات يتعين أن تكون أقل بقليل مما تحتاجه بالفعل؟ ربما حتى سمعت عن أن العيون بحاجة إلى "العمل بجد" حتى لا تصبح كسولة؟ حسنًا، كل هذا غير صحيح.

العين ووظائفها

إن العين البشرية هي عضو معقد يعمل كأحد مزودي المعلومات للمخ الذي يتم فيه تكوين الأمطاط البصرية. يُطلق العديد من العلماء على العين اسم "الموقع المحيطي من المخ". تحوّل العين الأطياف الضوئية إلى نبضات عصبية. يتم تحويل هذه النبضات إلى صور تتيح لنا إمكانية رؤية العالم من حولنا.

للتمكن من الرؤية، يجب أن يمر الضوء عبر العين ويصل إلى الشبكية. هناك طبقة انكسارية في السطح الأمامي من العين يُطلق عليها اسم القرنية. ينتقل الضوء أولاً عبر القرنية والحدقة. يختلف حجم الحدقة

ما هي

الرؤية الجيدة

الرؤية مهمة لاستيعاب العالم المحيط بنا؛ حيث يتم تلقي معظم المعلومات المفسرة عبر العينين. هذا واحد من الأسباب الرئيسية وراء الأهمية القصوى لإجراء فحص العينين بانتظام. سيتيح لك الحصول على المشورة والتوصيات من أخصائي العناية بالعيون إمكانية اختيار الطريقة المثالية لتصحيح الرؤية. يمكن أن تكشف عينك عن العديد من المعلومات التي لا تتعلق بفحص بصرك، ولكن أيضًا بصحتك العامة.

الرؤية "الجيدة" لها طابع شخصي فريد حسب كل شخص، ويكون للمرضى المختلفين متطلبات واحتياجات مختلفة من الرؤية. من الطبيعي تمامًا للأشخاص باختلاف طبيعتهم أن يتمكنوا من تحقيق مستويات مختلفة من الرؤية. على المستوى الفردي، إن تمتعك بالقدرة على أداء المهام التي ترغب فيها يعني الحاجة إلى التمتع برؤية قوية على هذا المعيار الفردي.

ومع ذلك، ضمن العناية بالعيون، هناك أحد التدابير المحددة المطلوب لرصد التغيير ومستوى التقدم. سيسجل أخصائي العيون الرؤية في صورة حدة بصرية، ويمكن تسجيل ذلك بعدة طرق مختلفة. أثناء الاختبار في العيادة أو متجر البصريات، يُعد قياس 1.0 (100%) أو 20/20 بمثابة مستوى جيد للرؤية. إلى جانب قياس الرؤية 20/20، يكون مستوى الرضا البصري والراحة البصرية ضروريين كذلك لتحقيق الرؤية الجيدة.



لماذا لا يتمتع جميع الأشخاص برؤية جيدة؟

تتوافر الرؤية الواضحة عند تركيز أشعة الضوء على نقطة واحدة على الشبكية. كلما ابتعد تركيز أشعة الضوء عن الشبكية، كانت الرؤية أسوأ، وهو يُعد بمثابة معيار للأخطاء الانكسارية.

تعاني نسبة كبيرة من الأشخاص من أخطاء انكسارية في أعينهم. وأكثرها شيوعًا هي: قصر النظر: ضعف رؤية الأجسام البعيدة. طول النظر: مشكلات في رؤية الأجسام القريبة. الإستجماتيزم: تكوّن صور غير مركزة ومشوشة من مسافات قريبة أو بعيدة، ويمكن أن تؤثر هذه الأخطاء الانكسارية على الأشخاص من جميع الأعمار. كما أن طول النظر الشيخوخي يُعد من الحالات الشائعة، وهو يؤثر على معظم الأشخاص من منتصف عمر الأربعينيات، سواءً أكان لديه عيب انكساري من قبل أم لا. ينتج عن التغيرات الطبيعية التي تحدث على مدار الوقت فقد مرونة العدسات في العين. يقلل ذلك من القدرة على التركيز للرؤية من مسافات قريبة.

وعلى مدار الوقت قد يتغير مستوى الرؤية لدينا؛ لهذا السبب من المهم إجراء فحص أعيننا بواسطة أخصائي العناية بالعيون مرة واحدة على الأقل كل عامين، مع إجراء المزيد من الفحوصات المتكررة إذا كنت تعاني من مشكلات في العين أو إذا كنت ترتدي عدسات لاصقة.

سيرصد أخصائي العناية بالعيون في كل زيارة مستوى رؤيتك وأي تغييرات تطرأ وسيصف أسلوب تصحيح الرؤية الأكثر ملاءمةً لك حسب الخطأ الانكساري الذي تعاني منه واحتياجات أسلوب حياتك. كما يمكنه التعرف أيضًا على أي علامات مبكرة لأمراض العيون (وأحيانًا الظروف الصحية العامة)، وإذا لم تكن تعاني من أعراض، فقد يؤدي ذلك إلى تدهور في الرؤية أو حتى فقد النظر.

يذكرنا أخصائيو العناية بالعيون بأن فحوصات العين الدورية والتشخيص المبكر للعديد من أمراض العين يمكن أن يساعد في الحد من آثارها على رؤيتك.



ماذا يتعين عليك أن تفعل

إذا كنت تعاني من ضعف
في الرؤية؟

ما هو تصحيح الرؤية الكامل؟

يعني تصحيح الرؤية ارتداء نظارات أو عدسات لاصقة للتركيز بشكل أوضح. إن خيارات تصحيح الرؤية هذه، على سبيل المثال النظارات أو العدسات اللاصقة أو جراحة العين الانكسارية، تتيح تركيز أشعة الضوء على نقطة واحدة على الشبكية لاستهداف تحقيق أفضل حدة ممكنة للرؤية. لتحقيق ذلك، يلزم إجراء تصحيح للرؤية.

من الخطأ تصديق أنه ليس من المفترض أن توفر النظارات أو العدسات اللاصقة تصحيح الرؤية الكامل لحت العين على "العمل". يكون تصحيح الرؤية هذا "غير مكتمل"، وقد يؤدي إلى مجموعة من العواقب السلبية. قد تعاني العيون من الإجهاد، وقد ينشأ الصداع، كما يمكن أن تتدهور الرؤية بشكل أكبر.

بالإضافة إلى ذلك، إذا كان شخص ما يعاني من الإستجماتيزم، فقد يتطلب نوعاً محددًا من تصحيح الرؤية يُعرف باسم "تصحيح الرؤية للاستجماتيزم". إذا لم يكن لديهم نظارات أو عدسات لاصقة مصممة خصيصًا لتصحيح ذلك الأمر، فقد يُعد هذا النوع من التصحيح غير مكتمل، أو تصحيح الرؤية "بشكل أقل من المطلوب".

للحصول على أوضح رؤية ممكنة، تحتاج إلى فحص عينيك بواسطة أخصائي عيون، ثم الحصول على النظارات أو العدسات المناسبة كما هو موصوف. حيث تساعد في تركيز العين لأشعة الشمس على نقطة واحدة على الشبكية؛ حتى يتم نقل صورة واضحة إلى المخ.

تكون كل عين فريدة، ولا يمكن إلا لأخصائي العناية بالعيون فقط تحديد قياس النظارات أو العدسات اللاصقة والتصميم الذي تحتاج إليه؛ لذا إذا لاحظت تدهور رؤيتك، فإنه يتعين عليك زيارة أخصائي العناية بالعيون.



أهمية

تصحيح الرؤية الكامل

تم توضيح أهمية تصحيح الرؤية الكامل. وفقاً لهذه البيانات العلمية، يعمل تصحيح الرؤية الكامل على تحسين جودة الحياة، ويمكن أن يقلل من التدهور البصري بدرجة أكبر. خلال مرحلة الطفولة، يساعد تصحيح الرؤية الكامل على التشكيل المناسب للعيون وتطويرها، وقد يساعد في الحد من تقدم قصر النظر.

وبصرف النظر عن مزايا تصحيح الرؤية الكامل، يكون ضمان أداء الرؤية الجيدة للأطفال مهمًا للغاية لتطوير صحتهم الاجتماعية والنفسية. قد يؤدي عدم تصحيح الرؤية إلى ضعف في الأداء داخل المدرسة وخارجها. قد يؤثر على تفاعلهم مع الأطفال الآخرين، ومن المحتمل أن يسبب الاضطراب السلوكي واضطرابات في المهارات البدنية بالإضافة إلى النفسية؛ لذا، للمساعدة في تطوير الحاسة البصرية بشكل مثالي لدى الأطفال، احرص على إجراء فحوصات العيون بشكل دوري لهم وعدم الاستخفاف بالعلامات التي تشير إلى تغيرات في السلوك أو في الأداء الدراسي. على الرغم من أنه قد توجد أسباب أخرى لمثل هذه التغيرات، فقد تشير إلى الحاجة إلى إجراء تصحيح للرؤية.

هناك مشكلات محتملة إذا كنت تقود السيارة بدون وسيلة تصحيح الرؤية، أو التصحيح الجزئي فقط. قد تحكم على المسافات بشكل غير دقيق، أو تفشل في تحديد المخاطر المحتملة في وقت ما، أو تمتنع عن التصرف لتفادي حدوث تصادم. لا تغفل أهمية النظر بوضوح في المسافات البعيدة أثناء القيادة.

بعيداً عن كل هذه التبعات المذكورة أعلاه، قد يكون لتصحيح الرؤية الكامل أثر إيجابي على حياتك اليومية. يمكن أن يُحسن أداءك في الأنشطة الرياضية، ولا سيما في الرياضات التي تتطلب السرعة العالية، مثل التزلج على الجليد أو التزلج بألواح الثلج أو سباقات الدراجات النارية أو التزلج بالعجلات أو التنس أو كرة القدم أو الهوكي أو الكرة الطائرة. قد تبدأ في التعرف إلى الأشخاص الذين يسرون على الجانب الآخر من الشارع بدلاً من تفويت فرصة "إلقاء التحية" عليهم. قد لا يتوه صديقك في الزحام. وقد لا تفوتك الحافلة أو القطار بسبب القراءة الخاطئة لرقم الخط.

هل يتم تصحيح الرؤية بشكل أقل من المطلوب بالنسبة إليك؟

تتيح الأجهزة المبتكرة والحديثة المتوافرة في متاجر البصريات وعيادات ممارسات طب العيون إمكانية إجراء التشخيص والرصد الدقيق لمشكلات انكسار الضوء واضطرابات العيون. ويعني ذلك أنه يمكن لأخصائي العناية بالعيون بفضل الدقة الجيدة تحديد الأسلوب المثالي لتصحيح الرؤية المطلوب لقياس النظارات أو العدسات اللاصقة.

يوجد دليل على أن تصحيح الرؤية الكامل قد يساهم في تحسين وظيفة العين والتحكم في مستوى تقدم قصر النظر.

لهذا يناصر أخصائيو العناية بالعيون إجراء التصحيح الكامل للرؤية في ممارساتهم مع مرضاهم.

عدسات لاصقة

لتصحيح النظر

- كما هي الحال مع النظارات، توفر العدسات اللاصقة رؤية حادة، ولكن بخلاف النظارات فهي تمنح رؤية "شاملة" محيطية أفضل. يمثل هذا أهمية، على سبيل المثال، عند القيادة أو ممارسة الرياضات.
- تتيح العدسات اللاصقة حرية الحركة؛ لأنها لا تميل إلى الانزلاق مثل النظارات؛ فهي مثالية للعمل والرياضة والأنشطة الترفيهية.
- يمكن أن تبرز العدسات اللاصقة الجمال الطبيعي للعينين، وتوفر "أناقة" إضافية مقابل النظارات.

ما نوع العدسات اللاصقة المناسبة لتصحيح الرؤية؟

تكون عدسات أكيوڤيو اللاصقة مثالية بالنسبة إلى الغالبية العظمى من المرضى؛ فهي مناسبة لتصحيح قصر النظر وطول النظر والإستجماتيزم وطول النظر الشيخوخي. بالإضافة إلى عدسات أكيوڤيو اللاصقة المعدة للاستخدام المتكرر لمدة أسبوعين وشهرياً، تكون عدسات أكيوڤيو اللاصقة اليومية للاستخدام مرة واحدة مناسبة، بدون الحاجة إلى عبوة عدسات لاصقة أو محلول عناية. توفر الراحة الفائقة للعينين، ويكون استخدام زوج جديد ونظيف من العدسات اللاصقة الطريقة الأكثر صحة لارتداء العدسات اللاصقة.

تحتوي جميع عدسات أكيوڤيو اللاصقة على حاجب للأشعة فوق البنفسجية لحماية عينيك من انتقال الآثار الضارة للأشعة فوق البنفسجية.*

رؤية تستمتع بطعم الحياة

إن زيارة أخصائي العناية بالعيون بانتظام هي أمر مهم للحفاظ على الرؤية الجيدة وصحة العين على مدار حياتك. يمكنك حينها أن تستمتع بحق وتعيش حياتك على أكمل وجه.

يتيح لك تصحيح الرؤية الكامل أن تستمتع بحياتك على أكمل وجه. استفد من الرؤية بكل تفاصيلها واستمتع بكل ما يحيط بك، أيًا كان النشاط الذي تمارسه وفي أي مكان توجد به.



مشاركة المعرفة

إذا تعلمت أي شيء من قراءة هذا المنشور،
فهناك فرصة أنه قد يفيد أحد أفراد العائلة
أو صديقًا أيضًا؛ لذا يُرجى نشر المعلومة
للأشخاص الذين يهتمك أمرهم؛ فالأمر
يستحق ذلك!

ACUVUE®

المراجع:

* تتميز جميع العدسات اللاصقة من أكيوفيو بوجود عامل حاجب للأشعة فوق البنفسجية للعمل على توفير الحماية من نفاذ الأشعة فوق البنفسجية الضارة إلى القرنية وداخل العين. العدسات اللاصقة المانعة للأشعة فوق البنفسجية لا تُغني عن استخدام النظارات الشمسية الواقية المانعة للأشعة فوق البنفسجية مثل النظارات الشمسية أو النظارات الواقية المانعة للأشعة فوق البنفسجية؛ لأنها لا تغطي العين ولا المنطقة المحيطة بها بالكامل. عليك الاستمرار في استخدام النظارات المانعة للأشعة فوق البنفسجية وفقًا لتعليمات أخصائي العناية بالعيون.

يمكن استخدام العدسات اللاصقة أكيوفيو لتصحح الرؤية، حيث سيقرر أخصائي العناية بالعيون إن كانت العدسات اللاصقة هي الخيار المناسب لك أم لا. يُمكن أن تظهر مشاكل خطيرة في العين أثناء استخدام العدسات اللاصقة، على الرغم من ندرة حدوث ذلك، وللمساعدة في تجنب تلك المشكلات، اتبع الجدول الزمني الخاص بأوقات الاستخدام والاستبدال، والتعليمات بشأن العناية بالعدسات. لا تترد العدسات اللاصقة إذا كنت تعاني من عدوى في العين أو تواجه أي مشكلة أخرى في العين أو إذا كنت لديك حساسية من أي مُكوّن. لمزيد من المعلومات، بما في ذلك التحذيرات والإجراءات الوقائية، يُرجى الاطلاع على تعليمات الاستخدام المتاحة على موقع

أكيوفيو الإلكتروني <https://www.acuvue.com/ar-me/terms-of-use/>

أكيوفيو، أكيوفيو أوبسيس مع هايبركلير بلس، أكيوفيو أوبسيس لأستجماتيزم، أكيوفيو أوبسيس اليومية مع هايبرالوكس، أكيوفيو أوبسيس اليومية لأستجماتيزم، أكيوفيو مويست اليومية، أكيوفيو مويست اليومية لأستجماتيزم، أكيوفيو مويست اليومية متعددة البؤر، أكيوفيو أوبسيس ماكس اليومية، أكيوفيو أوبسيس ماكس اليومية متعددة البؤر هي علامة تجارية مسجلة لشركة ©جونسون آند جونسون الشرق الأوسط ذ.م.م 2025

لمزيد من المعلومات حول طريقة الوضع المناسبة والعناية والسلامة، تحدث إلى أخصائي العناية بالعيون واقرأ تعليمات الاستخدام المتوفرة على موقع أكيوفيو على شبكة الإنترنت www.acuvue.com/ar-me

ACUVUE®

تتوفر العدسات اللاصقة أكيوفيو لاحتياجات
تصحيح الرؤية لمن يعانون من قصر النظر أو طول النظر
أو الإستجماتيزم أو طول النظر الشيخوخي (متعدد البؤر)

اكتشف المزيد على

www.acuvue.com/ar-me

