

# ZAŠČITA OČI PRED UV SEVANJEM



## OČI ZAŠČITIMO S SONČNIMI OČALI IN POKRIVALOM



### SONČNA OČALA

Sončna očala naj bodo **ustrezne kakovosti in oblike.**

#### LEČE:

Blokirajo naj:

**99-100 %**

UV sevanja oz.  
sevanja do  
400 nm.

Prepuščajo naj:

**75-90 %**

vidne svetlobe.

Oznaka leč: **CE UV400**

Za otroke so priporočljive leče iz **polikarbonata** ali **CR-39** materiala.



#### OČALNI OKVIR:

Očalni okvir naj bo **čim večji**, da ščiti tudi s strani.

### POKRIVALO

Za zaščito oči zaradi **dostopa UV sevanja mimo zgornje strani očalnega okvirja** in zaščito delov okoli očesa uporabimo tudi **ustrezno pokrivalo (širokokrajni klobuk, pokrivalo v legionarskem kroju).**

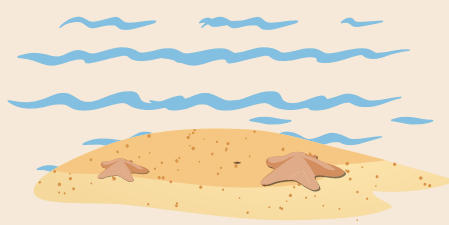


### UPORABA SONČNIH OČAL DO 10. LETA STAROSTI - OPOMNIK

Dojenčki in otroci do 10. leta starosti naj glede na geografski položaj Slovenije sončna očala uporabljajo le v zahtevnejših svetlobnih pogojih, npr.:



v gorah



ob morju (plaža)

**Ves čas pa naj uporabljajo kapice s ščitnikom in strešice na vozičku in seveda upoštevajo vsa ostala priporočila za zaščito pred UV sevanjem.**

**IZBERIMO USTREZNA SONČNA OČALA IN POKRIVALO TER JIH UPORABLJAJMO SKLADNO S PRIPOROČILI.**

Nosilci programa Varno s soncem: Nacionalni inštitut za javno zdravje, Združenje slovenskih dermatovenerologov in Društvo za boj proti raku Celje.