



OFTALMOLOG O SKRBI ZA NAŠ VID IN VARNO VOŽNJO

Odgovarja dr.med., spec.oftalmologije, FEBO **Sebastijan Žuraja**

Kako vid vpliva na varnost pri vožnji?

Za vožnjo je potreben kolikor je le mogoče dober vid. Za nočno vožnjo ali vožnjo v slabših razmerah pa je zares dobro korigiran vid prvi pogoj za varno in sproščeno premagovanje kilometrov. Tu ne govorimo samo o varnosti nas v vozilu, temveč tudi drugih udeležencev v prometu. Zavedati se je namreč treba, da zaradi slabšega vida pozneje opazimo nepredvideno situacijo na cesti in da zato in pozneje reagiramo.

Kakšne dioptrijske vrednosti so kritične za varno vožnjo?

Tukaj ne bi govoril o dioptrijskih vrednostih očal, kajti ta »mera« ni absolutno merilo. Tudi človek z visoko dioptrijo, a z ustrezno korekcijo (očala, kontaktne leče, ...), lahko dosega zelo dobro vidno ostrino. Seveda morajo biti v takem primeru zdravniški pregledi pogostejši. Bolj pomembno je, da očala ustrezajo realnemu stanju, da je vid zares dobro korigiran. Zakonske zahteve v SLO za vožnjo osebnega vozila so samo tista spodnja meja, pod katero vozniškega izpita ni mogoče opraviti. Težnja pa je pri vožnji vedno doseči najboljšo možno korigirano vidno ostrino.

Ali so določene vrste očal bolj primerne za vožnjo?

S tem vprašanjem se raje obrnite na optike. Je pa res, da očala z antirefleksnim premazom, ki zmanjšuje odsevnost luči nasproti vozečih vozil, olajšajo nočno vožnjo. Pri dnevni vožnji je treba omeniti očala s polarizirajočimi stekli, ki zmanjšuje odseve cestne površine.

Pri »zreli« populaciji je treba misliti tudi na bližinski vid, in sicer zaradi armaturne plošče z navigacijo.



Kako pogosto naj voznik preverja svoj vid?

Temeljne časovne okvire določa zakonodajalec in z njimi je vsak kandidat za voznika seznanjen. Je pa treba upoštevati, da se vidna ostrina lahko spremeni pred potekom tega časa zaradi poškodbe očesa ali pa zaradi katere od očesnih bolezni. To vse so dogodki, ki lahko vplivajo na spremembo ali poslabšanje vidne ostrine.

Katere so najpogostejše napake, ki jih delajo vozniki z očali?

Najpogosteje je to hoteno ali pa nehoteno »šparanje« pri očalih. Včasih, sicer bolj redko, se voznik resnično ne zaveda poslabšanja vida. Pri vožnji po vedno isti cesti niti nima težav ...

Večkrat pa se zgodi, da ljudje čutijo, da jim je vožnja, še posebno nočna, naporna. Pa vendar s starimi očali še »vlečejo« naprej in ne gredo na pregled češ, bo že še malo šlo. In tu se lahko vrnemo k četrtemu vprašanju - sam svetujem do 40. leta starosti pregled na 2 do 3 leta (tudi če ni težav), po štiridesetem letu enkrat pa enkrat na leto. Pa ne samo zaradi določanja vidne ostrine in korekcije, temveč tudi zaradi pogostejšega pojavljanja raznih očesnih stanj in bolezni, ki jih oboleli sami ne opazijo dovolj zgodaj.

Ali lahko določene bolezni oči vplivajo na zmožnost vožnje?

Absolutno! Pri sivi mreni je vid slabši, pri nekaterih vrstah je tudi izrazitejše bleščanje pri nočni vožnji. Pri zeleni mreni je zmanjšano vidno polje, težava je, da človek sam tega ne opazi in se izpada v vidnem polju niti ne zaveda. V zadnjih desetletjih je značilna tudi porast obolelih za starostno degeneracijo rumene pege. Ti opazijo spremembe zelo hitro, saj se vid poslabša v centralnem delu vidnega polja. Se pa oboleli ne odrečejo vedno pravočasno vožnji.

Kakšen nasvet bi dali voznikom, ki uporabljajo očala?

Da so ustrezna očala med vožnjo na nosu in ne pozabljena v kakšnem predalu ali pa celo doma. Pa seveda redne kontrole pri oftalmologu ...

Kako vplivata pri vožnji na vid stres in danes pogosti pojav suhih oči?

Stres pomembno zmanjša zbranost, tudi za volanom. V stresu pravzaprav ne bi nikoli smeli sestiti za volan. Ampak, to bi bilo mogoče v idealnem svetu. Enako je s suhimi očmi. Način življenja, kakršnega živimo, z vsemi mogočimi zasloni in (pre)suhimi prostori samo pospešujejo sušenje oči. Med vožnjo svetujem voznikom naj gledajo kar se da sproščeno (za to pa potrebujejo najboljšo možno korekcijo) in tudi mežikajo. Vsak pomežik namreč navlaži oči.

dr.med., spec.oftalmologije, FEBO Sebastijan Žuraja