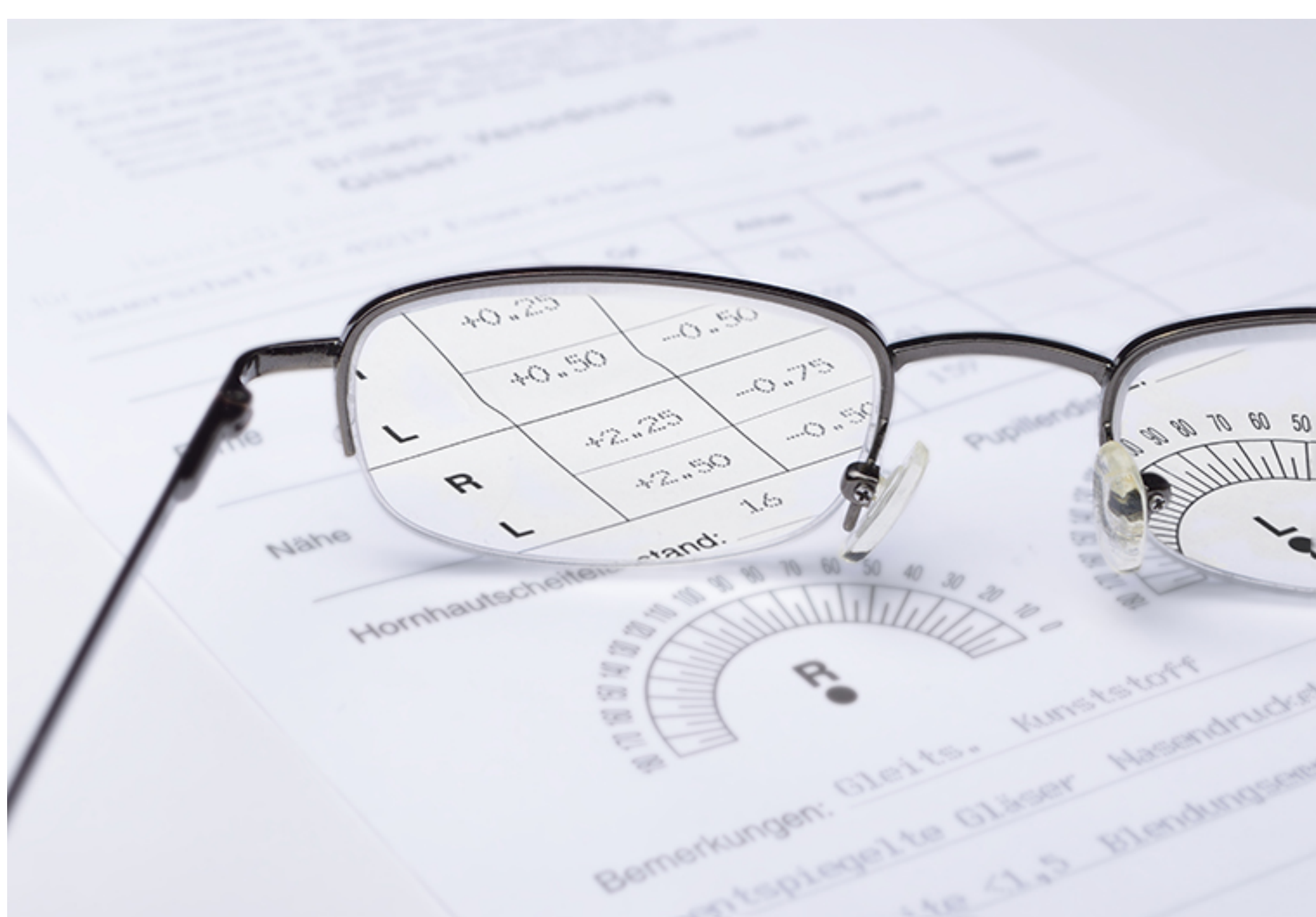


Znate li pročitati recept za naočale?

Čitanje raznih nalaza zna biti zbunjujuće. Stručnjaci razumiju što piše, no vama možda i nije sasvim jasno o čemu je riječ. U takvoj biste se situaciji mogli naći i držeći u rukama recept za naočale



Koliko ste puta izašli zbunjeni iz oftalmološke ambulante s receptom za naočale u ruci, ne znajući što znače svi ti napisani brojevi, jeste li kratkovidni ili dalekovidni ili možda čak imate i astigmatizam? Recepti za naočale imaju brojne kratice, a nadamo se da će vam ih nakon ovog teksta biti lakše tumačiti.

Organ koji fascinira: 10 zanimljivih činjenica o našim očima

Na početku, naravno, obično stoji vaše ime i prezime, kao i godina rođenja. Zatim piše dijagnoza, odnosno naziv refrakcijske greške vašeg oka. To može biti kratkovidnost (myopia), dalekovidnost (hypermetropia), astigmatizam (astigmatismus) i staračka dalekovidnost ili čitalačka dioptrija (presbyopia).

Nakon toga obično slijedi tabelarni prikaz s puno kratica: OD, OS, OU, Dsph, Dcyl, Axis, Prsim, basis, PD...što sve to znači?

Desno i lijevo oko

Desno oko je u receptima obično označeno latinskom kraticom OD = oculus dexter, a lijevo oko OS = oculus sinister. Negdje se mogu jednostavno naći kratice na hrvatskom D.O. (desno oko) i L.O. (lijevo oko) umjesto latinskih OD i OS.

Dioptrija sfere – minus ili plus

Nakon toga ide kratica Dsph, što znači dioptrija sfere (sphaera, sph). Ona se odnosi na jačinu leće koja vam je potrebna. Može imati plus i minus predznak. Ako imate minus predznak ispred broja u ovom polju znači da se **kratkovidni** i potrebno je umanjiti ukupnu jačinu prelamanja vašeg oka da biste dobili jasnu sliku. Ako pak imate plus predznak ispred broja u ovom polju, onda ste **dalekovidni** i tada je potrebno naočalama povećati ukupnu jačinu prelamanja vašeg oka da biste mogli jasno vidjeti.

Dioptrija cilindra – astigmatizam

Poslije sfere se vidi Dcyl i Axis (Ax). Dioptrija cilindra (cylinder) je oznaka za cilindričnu leću kojom se ispravlja mana zvana **astigmatizam**. Ako imate nešto u ovom polju onda znači da vam treba pojačati (predznak plus) ili smanjiti (predznak minus) jačinu prelamanja po jednom meridijanu (samo u jednom određenom pravcu). Uz cilindar stoji i Ax, odnosno axis, os po kojoj je potrebno dodati cilindričnu leću. Prikaz koji na receptu liči na kutomjer se odnosi na prikaz te osi.

Ako nemate popunjena ova polja to znači da nemate sfernu ili cilindričnu dioptriju, ili da one jako malo odstupaju od normalne, te da vam nisu neophodne naočale.

Korekcija prizmi

Slijedeće dvije kolone (Pris, Basis) se odnose na korekciju prizmi. Prizme se nešto rjeđe propisuju te su obično na receptima ta polja prazna. Prizmatsko staklo pomiče zrak ka bazi te ih propisujemo kada želimo pomaknuti pravac gledanja jednog ili oba oka (kod problema binokularnog vida, određenih oblika strabizma tj. škiljenja ili nistagmusa tj. titranja očiju). Broj u koloni Pris označava jakost prizmatske leće koja je pacijentu potrebna, a Basis stranu na koju optičar treba postaviti bazu prizme. Prizma može biti okrenuta ka unutra (nazalno – ka nosu), ka vani (temporalno), gore ili dolje. Liječnik na prikazu obično i nacrtava gdje treba stajati baza.

„Čitalačke dioptrije“

Sve ove dioptrije se mogu naći u **naočalama za daljinu i u naočalama za blizinu**.

Ljudi ispod 40 godina najčešće trebaju jedne naočale za daljinu i blizinu, a preko 40 godina mogu trebati dvoje različitih dioptrija za daljinu i blizinu, ili pak samo naočale za blizinu, što je na receptu jasno odvojeno u odgovarajućim redovima.

Prirodna leća gubi svoju elastičnost s godinama, te nam nakon 40.-45. godine ne može više s lakoćom omogućiti dugotrajan ugodan rad na blizinu. Tada većina ljudi osjeti da na blizinu ne može jasno fokusirati i tada je vrijeme za početak nošenja takozvane „čitalačke dioptrije“. U četrdesetim nam tako treba mala plus dioptrija za ugodan rad na blizinu (do +1,00 Dsph), ali se ta dioptrija do naše 65-70.godine povećava (do +3,00 Dsph). Ove naočale se pišu u posebnoj odjeljku (uporaba na blizinu).



Kako se boriti protiv epidemije kratkovidnosti?

Kratkovidnost ili miopija najčešća je refrakcijska pogreška oka, a "epidemija kratkovidnosti" tema je o kojoj se dosta piše posljednjih...

[SAZNAJTE VIŠE](#)

Razmak zjenica

U receptu za naočale također mora stajati razmak zjenica izražen u milimetrima (PD = pupillary distance). Kada trebamo dvoje naočala ovdje su upisana dva broja, jer kada gledamo na blizinu naše oči se refleksno blago pomaknu ka unutra.

Više savjeta o zdravlju očiju potražite na stranicama [Klinike Svjetlost](#).