

MIMOŘÁDNÝ INFORMÁTOR Č.3

**Sjednocená organizace nevidomých a slabozrakých
České republiky, zapsaný spolek
Oblastní odbočka OPAVA**

**Časopis vychází pro vnitřní potřebu členů SONS ČR, z. s.
Oblastní odbočky OPAVA a jejich příznivců.
Je neprodejný.**

**Informátor pro vás připravuje
Tým pracovníků Oblastní odbočky OPAVA**

Zpracovala Lenka MARTÍNKOVÁ

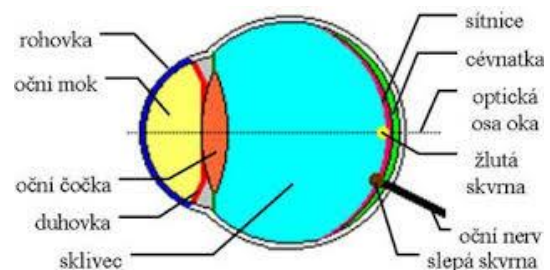


Vážení členové, milí přátelé a příznivci,

tak jako v předešlých Informátorech i tentokráte vám přinášíme řadu zajímavých informací, které pro vás mohou být nejen opětovným připomenutím, ale i novým poznáním.

Přeji vám inspirativní čtení. LM

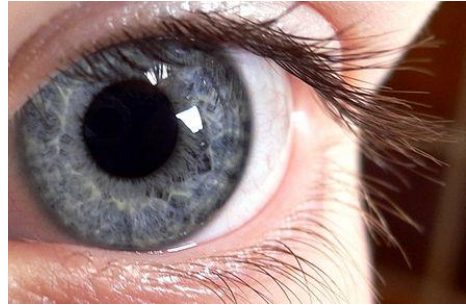
100 zajímavých informací o očích



Zrak je smysl, který umožňuje většině živočichů vnímat světlo, různé barvy, tvary. Pro člověka je to smysl nejdůležitější, asi 80 % všech informací vnímáme zrakem. Zrak je zaměřen především na vnímání kontrastu, proto dovoluje vidění kontur předmětů, jejich vzdálenost a významně se podílí na orientaci v prostoru.

Čtěte dále a uvidíte...

Fakta o lidských očích, která možná neznáte



Dvacet zajímavostí o očích:

Zdravé lidské oči dovedou odlišit drobné předměty na vzdálenost asi 80 metrů.

Plamen svíčky je v noci možné vidět na vzdálenost 22 až 27 kilometrů.

Nauka o studiu oční duhovky se nazývá **iridologie**.

Oči jsou druhým nejsložitějším orgánem lidského těla, hned po mozku.

Staří Mayové věřili, že šilhání zvyšuje přitažlivost člověka pro druhé pohlaví. Proto své děti učili šilhat.

V našich řasách žijí milióny miniaturních, mikroskopicky viditelných breberek.

Svaly lidského oka jsou 100x silnější než je potřeba k tomu, aby správně plnily svou funkci.

Pokud vám začne slzet oko, může se paradoxně jednat o příznak syndromu suchého oka, který se naše tělo snaží kompenzovat tvorbou většího množství slz.

Čím jsme starší, tím méně slz naše oči tvoří.

Oči jsou schopny zpracovat až 36 tisíc různých informací za jednu hodinu.

Barvoslepost častěji postihuje muže.

Z našeho obličeje vystupuje jen jedna šestina našeho oka.

Počet barev, které je lidské oko schopno rozeznat, se liší. Některé zdroje hovoří až o 10 milionech odstínů.

Čtení při tlumeném světle nebo za šera nepoškozuje váš zrak, ale pouze unavuje oči.

Vaše oči nebudou trvale deformovány, když budete koukat zblízka na televizi

Olejnaté ryby (olejovky), vitamín A a C nám pomáhají uchovat si dobrou kvalitu zraku.

Transplantovat celé oko zatím nedokážeme. Zrakový nerv je příliš citlivý a při transplantaci se nelze vyhnout jeho poškození.

Piráti věřili, že nošení zlatých náušnic zlepšuje jejich zrak.

Kdybyste vedle sebe postavili všechny řasy, které se během lidského života vymění, táhly by se na vzdálenost téměř 2,8 km.

Věci vidíme obráceně a teprve mozek nám obrázek upraví do správné polohy.

Příště nás čeká posledních dvacet zajímavostí.

DVA MÝTY O ZRAKU

Ve společnosti nevidomého by se nemělo mluvit o barvách a jiných zrakových vjemech. Obratům jako: "podívej se", "uvidíme se", apod. je potřeba se důsledně vyhnout.

Lidská řeč je krásná pro svou bohatost, malebnost, pro obraty, které v nás vyvolávají příjemné či nepříjemné asociace. Nevidomý člověk, stejně jako vy či kdokoli jiný, ví, že mnoho slov a obrátů má přenesený význam. Ostatně, vy jste také ještě nikoho nezabili, nepřerazili apod., ačkoli jste to již tolikrát "slibovali"...

Čím více dioptrií, tím horší vidění.

Samotná krátkozrakost či dalekozrakost ještě nemusí znamenat zásadní problém a může být docela dobře kompenzovatelná optickou pomůckou – zpravidla dioptrickými brýlemi nebo čočkami. Závažnější většinou bývají doprovodná nebo druhotná postižení, která mohou některé oční vady provázet. Projevují se ve ztrátě zrakové ostrosti, poruchách vnímání barev nebo v úbytku zorného pole. Takový člověk může mít naměřeno jen několik málo dioptrií, ale nevidí skoro nic.

A víte, že Jaques Villeneuve, mistr světa formule 1, nosí brýle resp. kontaktní čočky? A takových je víc. Člověk, který má více dioptrií, vidí hůře hlavně tehdy, když si čistí brýle.

Zdroj: <https://www.sons.cz/>



Slzy jsou zdravé

Miminko pláče do čtyř až třinácti týdnů "nasucho", teprve pak je schopné slzet. Podle statistik ženy pláčou šedesátkrát do roka, muži jen patnáctkrát. Slzy jsou v určitém množství pro zdraví oka nepostradatelné.

"Zvlhčují povrch oka, aby byl hladký a lesklý. To je důležité pro kvalitu vidění a pro to, aby víčko mohlo po oku jemně klouzat. Pokud má člověk málo slz nebo jsou nekvalitní, vede to ke zrakovým obtížím, k podráždění oka a zvyšuje se riziko infekce oka," připomíná MUDr. Stodůlka. Oči jsou umístěny v duté kostěné klenbě, aby byly chráněny před vnějšími vlivy.

Zeptali jsme se vědců:



13 překvapujících faktů o barvě očí

Níže máme pro vás připravené zajímavosti o lidském oku. Některé z nich si můžete rovnou ověřit v rodině. Schválně, kolik zajímavostí pro vás bude absolutní novinkou.

Někteří lidé se rodí s dvěma různými barvami očí

Tento zvláštní jev se nazývá heterochromie. Ve většině případů se jedná o dědičný jev. Nastávají však případy, kdy heterochromie vznikne přidáním krve do duhovky.

Nejčastější barva očí je hnědá

Vysoká koncentrace melaninu v duhovce způsobí hnědou barvu očí. Přitom můžeme rozlišovat dva druhy hnědé barvy – tmavá a světlá. Lidé, kteří mají hnědé oči, jsou atraktivnější a sebevědomější.

Melanin ovlivňuje celé oko

Jak již bylo řečeno, nadměrné množství melaninu v duhovce ovlivňuje barvu očí. Právě hnědá barva je dominantní u lidí. Narazit však můžete na celou řadu barevných odstínů.

Barva očí podle duhovky

Pigmentace duhovky závisí na koncentraci melaninu. Barva očí se pohybuje od světle hnědé až po černou. Ostatní barvy, jako je zelená, modrá, atd. jsou ve výsledku vyvolány odrazem světla. Modré a zelené pigmenty v očích neexistují. Je to stejné, jako modř u oblohy.

Zelené oči značí energii

Osoby, které mají zelené oči, jsou nadšeni pro život. Zelená barva vzniká v kombinaci jantarové a světle hnědé barvy. Podle toho,

jak velké je množství melaninu v duhovce. Zelenou získáte nízkým nebo středním množstvím melaninu.

Silně pigmentované oči vypadají jako černé

Kompletně černé oči neexistují. Tento jev vzniká jen v důsledku velké pigmentace melaninu v duhovce, který vytváří velmi tmavý odstín hnědé, která vypadá jako černá.

Kombinace modré, zelené a hnědé má za následek oříškové oči

Mírné množství melaninu v duhovce vytváří velmi oblíbenou oříškovou barvu očí.

Fialová barva očí vzniká v důsledku albinismu

Deficit v produkci melaninu se nazývá albinismus. To má za následek, že se modré oči v určitých momentech jeví jako fialové.

Většina severních a východních Evropanů má šedé oči

Šedé oči obsahují tmavý epitel vadní části duhovky a jasné stroma v přední části. Díky tomu mají oči takto zajímavou barvu.

Červené oči jsou velmi vzácné

Nízký výskyt melaninu má za následek červenou barvu očí. Ta je však velmi vzácná a málokdy se s ní setkáte.

Jak vznikají jantarové oči

Jantarové oči vznikají v důsledku ukládání žlutého pigmentu v duhovce. Vypadají podobně jako hnědé oči, ale při pohledu z blízka vidíte rozdíl.

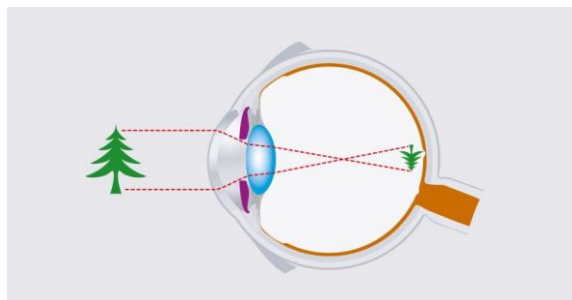
Dětem se barva mění

Většina dětí má před dosažením prvního roku světlou barvu očí.

Irsku a Skotsku vládne modrá nebo zelená barva

Více jak 86% lidí v Irsku a Skotsku má modré nebo zelené oči. Lidé v západní Asii mají obecně modré oči. Severní a východní Evropané jsou na tom podobně. Modrá barva očí značí energickou osobnost.

Zaměřte se na
svůj zrak



Zaměřte se na svůj zrak

Díky očím vidíte tvary, barvy a pohyby a také vnímáte vzdálenost, výšku a další proměnné ve vašem okolí.

Jak vidíte

Obrazy, které vidíte, jsou tvořeny světlem odráženým od předmětů, na které se díváte.

Toto světlo pak přes zornici pronikne do vašeho oka. Společně s čočkou rohovka láme paprsky světla, aby se sbíhaly na sítnici v zadní části vašeho oka. Sítnice je pokryta miliony světločivých buněk, kterým se říká tyčinky a čípky. **Čípky** jsou zodpovědné za denní vidění – a umožňují vám vidět obrazy barevně a detailně. **Tyčinky** jsou zase zodpovědné za noční vidění. Sítnice přeměňuje světlo na elektrické signály.

Tyto signály jsou zrakovým nervem přenášeny do mozku, kde jejich zpracováním vzniká obraz.



Milí přátelé, věřím, že jste si opět našli nějakou, pro vás dosud neznámou informaci a budete se těšit na ty příští.

Za OO OPAVA Lenka MARTÍNKOVÁ