

MIMOŘÁDNÝ INFORMÁTOR Č.4

**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

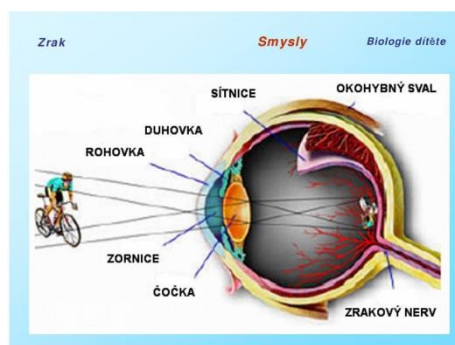


Vážený členové, milí přátelé a příznivci,

jsme tady opět s celou řadou zajímavých informací, které pro vás mohou být zdrojem zábavy, poučení nebo prostě jen ukrácení dlouhé chvíle.

Přeji vám inspirativní čtení. LM

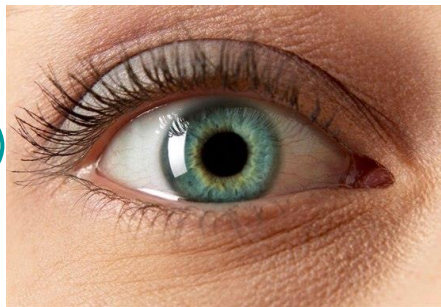
100 zajímavých informací o očích



Oči jsou jedním z nejsložitějších orgánů lidského těla, ale jsou také nezbytným smyslovým orgánem téměř všech živočichů, bez kterého by život nikdy nebyl takový, jaký je.

Čtěte dále a uvidíte...

Fakta o lidských očích, která možná neznáte



Posledních dvacet zajímavostí:

Prostor mezi obočím se nazývá glabella.

Pokud nosíte kontaktní čočky, opravdu se nemusíte bát, že čočka zapadne dozadu mezi tkáň oka, odkud jí nebudete moci vytáhnout.

Každý člověk vždy na jedno oko vidí o trochu lépe než na druhé.

Pokud vám oční lékař napíše stav zraku 20/20, neznamená to nic jiného, než že váš zrak je zcela normální.

Přestože hlavní funkcí slz je odstraňování nečistot z rohovky a oka, odborníci dosud nedokázali vysvětlit, proč pláčeme, když jsme smutní.

Když pláčete, máte pocit, že trpíte rýmou, protože slzy jsou z oka odváděny kanálkem do nosu.

Skoro polovina lidského mozku se podílí na řízení zraku a vidění.

80 % našich vzpomínek souvisí s tím, co jsme viděli.

V našich očích se nachází malé slepé skvrny. Je to v místě, kde zrakový nerv prochází sítnicí. Normálně tyto slepé skvrny nevnímáme, protože mozek využívá informace z druhého oka k vyplnění příslušného obrazu.

Za jasného slunečního svitu byste vždy měli nosit na hlavě čepici nebo klobouk a na očích brýle, abyste se chránili před ultrafialovým zářením.

Zatímco otisky prstů se posuzují podle 40 jedinečných parametrů, duhovku lze posuzovat podle 256 jedinečných parametrů. I proto se v zabezpečovací technice stále častěji využívá skenování duhovky.

Efekt červených očí na fotografiích je způsoben světlem blesku z fotoaparátu, které se odrazilo od krevních kapilár v lidském oku.

Během života naše oči vidí a zpracují kolem 24 miliónů různých obrazů a vjemů.

Je prokázáno, že muži dokážou lépe číst text napsaný malým písmem než ženy.

Hned za oční panenkou (pupilou) je čočka, plochý orgán se ztluštěním uprostřed.

Albinismus je onemocnění související s nedostatečným množstvím melaninu. Proto může vést k vyšší citlivosti na světlo a osoby, které tímto onemocněním trpí, mají často červené oči.

Rohovka je průhledný orgán přikrývající duhovku a panenku.

Astigmatismus znamená zakřivení rohovky nebo duhovky a v případě, že jím trpíte, předepíše vám lékař torické čočky.

Výzkum prokázal, že pokud si muži příliš utahují kravatu, hrozí u nich větší riziko vzniku zeleného zákalu (glaukomu).

Když se s někým setkáváte poprvé a chcete zjistit jeho barvu očí, musíte se mu do očí dívat po dobu asi 4 sekund.

DALŠÍ MÝTY O ZRAKU

Kdo chodí s bílou holí (příp. kdo nosí černé brýle), je slepý.

Zkuste si zakrýt oči a nechat jen díрку o průměru špendlíkové hlavičky. A projděte se s takto zakrytýma očima po vlastním bytě. Simulujete si jednu z běžných očních vad – trubicové vidění. A zkuste se touto trubičkou podívat do knihy. Není to nic moc, ale po písmenku či po dvou jde číst. A když se naopak podíváte přes několikrát složený igelit, ba dokonce, když si uprostřed ještě nalepíte kus papíru (abyste neviděli centrem zorného pole, kde je obraz nejostřejší), se čtením to bude najednou o mnoho horší než s povšechnou orientací a chůzí po bytě. Bílá hůl označuje pouze člověka, který má vážný problém se zrakem, nic víc, nic míň. Že ten problém je asi vážný, signalizuje tím, že si tu hůl vezme. Je víc těch, kteří si Bílou hůl nevezmou, ačkoli by ji potřebovali a předstírají, že vidí, než těch, kteří předstírají slepotu. Pozor jen na žebračky, tam to často bývá jinak.

Slepí od narození mají vyvinutý zvláštní smysl pro vnímání překážek a navíc mají mnohem lepší (často i hudební) sluch či hmat.

Zkuste jít večer se zavřenýma očima podél zdi. Až skončí, ucítíte to. U zdi je jiné proudění vzduchu, jiné sálání tepla. I Vy v úplné tmě budete více poslouchat, a tak i více uslyšíte. Ani nevidomý od narození nemá nic navíc (ve smyslu, že mu to bylo přidáno, aby se lépe se svou slepotou vyrovnal). Vše je jen otázkou zkušenosti, tréninku, možná talentu. I mnoho nevidomých nemá hudební sluch, někteří jsou manuálně velmi nezruční a mají špatný hmat a špatný orientační smysl. Stejně jako se i mezi vidícími lidmi najdou ti, kteří při jízdě autem zabloudí významně častěji než ostatní, tak i někteří nevidomí jsou schopni samostatně chodit a orientovat se velmi dobře a jiní se ztratí i ve vlastním bytě. Kdyby existoval nějaký zvláštní, náhradní smysl, jistě by jej měli i lidé bez zrakového postižení.

Ztráta zraku s sebou automaticky nese úplnou závislost na ostatních.

Ztráta zraku znamená obrovskou změnu. Naprosto všechno je najednou jiné. Nemusíte hned vařit, ale zkuste se nejprve jenom najíst potmě. (A na úklid si pak rozsviňte.) Ale hlad je hlad, po jaké době byste to zvládli a najedli se celkem obstojně. A tak je to i s jinými činnostmi. Jestliže byste měli někoho, kdo by Vám poradil, jak na to, jestliže byste věděli, že Maruška Nováková nebo Franta Vopršálek to zvládli také, věřte, že byste to zvládli i Vy. Chce to jen se nevzdat. My, lidé sdružení ve Sjednocenou organizaci nevidomých a slabozrakých, Tyfloservis, Tyflocentra a další organizace, jsme tu, abychom takovým lidem pomáhali k větší míře samostatnosti a nezávislosti.

Lepší je používat pojem slepec než nevidomý, slepota než nevidomost.

Nejlepší je neuchylovat se ani k falešnému, povrchnímu soucitu, ani k despektu, ani k jakýmkoli jiným klišé. Podstatou je fakt, že každý člověk je jedinečný a neopakovatelný, a my k němu tudíž přistupujeme lidsky, otevřeně, s úctou i pokorou. Jsou situace v blízkém mezilidském kontaktu, kdy je adekvátní použít slovo "slepec", při běžné komunikaci je však vhodné používat spíše "nevidomý". A je-li to možné, dodat k tomu i "člověk, občan, osoba". Vždyť důležitější, než že ten člověk je slepý, je, že je člověk.

Slovo "slepec" má z historie trochu pejorativní podtón, je často asociováno s žebráním apod. Proto je dnes vhodnější používat spíše přívlastek "nevidomý".

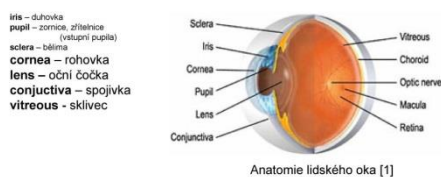
Pojem "nevidomost" není příliš vžitý a zní značně uměle. Ještě horší je "vidomost". Slovo "slepota" je běžný termín, používaný v lékařství, sociální legislativě, pedagogice, atd. Navíc neoznačuje přímo člověka, ale jistou nemoc, zdravotní postižení či stav po

nemoci. Proto byste se jím nevidomého člověka neměli příliš dotknout. A kdyby přece, neberte to tragicky. Věřte, že ten, kdo je dotčen pojmem "slepota", bude dotčen i pojmem "nevidomost" a vůbec každou zmínkou o jakékoli skutečnosti související s jeho postižením a omezeními z něj plynoucími. To ale není důvod k mlčení o nich!

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

Co možná ještě nevíte:

Lidské oko – anatomie 2/5



rohovka – bez nervů, nepodmíněný reflex (dotek), skličko u hodinek
Deformace – astigmatismus, dvojitě vidění
čočka – tloušťka 4 mm, vypuklo - vypuklá
spojivka – slizničná blána, kryje bělma
sklivec - vyplňuje většinu vnitřního prostoru oční koule, rosolovitá průhledná hmota

Lidské oči představují neuvěřitelný systém, složený z milionů složitých částí, které pracují ve vzájemném souladu.

Oči jsou schopny ohromujících výkonů a jsou velmi důležité pro náš každodenní život. Většinou si ani neuvědomujeme, že naše oči mohou neustále pracovat a že mají některé skutečně ohromující schopnosti.

Oči jsou neustále připraveny pracovat na 100 % své kapacity

Oko je jediná část lidského těla, která je „vždy připravena“. A to, i když víčko a vnější svaly oka potřebují odpočinek a slzy je třeba doplnit. I přesto však jsou oči schopny fungovat na 100% kdykoliv během dne nebo i v noci.

Každé oko má své slepé místo

V místě, kde se setkává zrakový nerv se sítnicí, lidské oko neobsahuje žádné fotoreceptory. Toto místo vůbec nereaguje na světelné podněty. Je to tzv. „slepá skvrna“ (blind spot).

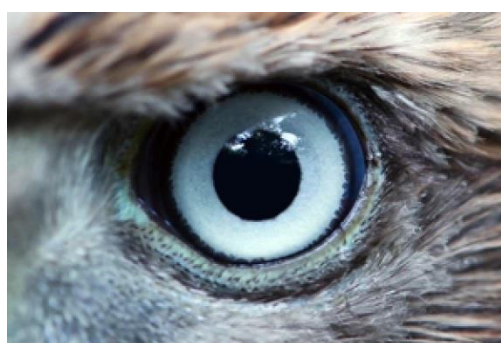
Vůbec si však nevšimnete, že tuto slepou skvrnu máte, protože vaše oči společně pracují na tom, abychom viděli celé zorné pole.

Oči se hojí neuvěřitelně rychle

Jako jeden z našich nejdůležitějších orgánů mají oči pozoruhodnou schopnost zhojit drobná zranění ve velmi krátkém čase.

Typickým příkladem této schopnosti je drobné poškrábání rohovky (cornea), které se pravděpodobně uzdraví během pouhých 48 hodin.

Samozřejmě je vždy důležité, abyste se při jakémkoli poranění očí poradili se svým očním lékařem.



Ačkoliv lidské oko dokáže různé obdivuhodné věci, v žádném případě nejsou naše oči nejlepší z nejlepších nebo nejzajímavější ze všech. Z toho, že se říká "ptačí perspektiva", "sokolí zrak" nebo "orlí zrak", není pochyb o tom, že některé oči ze zvířecí říše jsou schopné neuvěřitelných výkonů. Na druhé straně, i když některé zvířecí druhy, jako například hvězdice, mají zrak méně vyvinutý, jejich zrakové schopnosti přesto fascinují vědce už desítky let. Na světě existuje tolik druhů zvířat, která jsou schopná neuvěřitelných věcí díky svému zraku. Pojďme se na některé z těchto fascinujících očí podívat.

Obojživelníci

Žáby mají velké vyboulené oči, které jsou posazené daleko od sebe, což jim umožňuje pokrýt své okolí v úhlu téměř 360° a pomáhá jim včas spatřit potenciálního predátora nebo kořist. Žáby mají třetí víčka, která jim zakrývají oči, aby je mohly mít pod vodou otevřené. Víčko se nazývá mžurka (membrana nictitans) a rovněž pomáhá udržovat oči zvlhčené, když je žába na souši.

Ropuchy mají za očima žlázy, které mohou vylučovat pálicí bělavý sekret.

Příště si povíme další zajímavosti o očích ze zvířecí říše.

Zdroj: <https://coopervision.cz/blog/zvireci-oci>

Milí přátelé, věřím, že jste i tentokráte našli pro vás zcela novou informaci nebo alespoň osvěžili některou pozapomenutou.

Za OO OPAVA Lenka MARTÍNKOVÁ