

كسوف الشمس».. ما هي الطرق الآمنة لمتابعة الظاهرة ومتى تزور الطبيب؟»



يترقب سكان مناطق واسعة من العالم الكسوف الجزئي للشمس، الذي من المنتظر أن يبدأ بالظهور في السماء خلال الدقائق القليلة القادمة. وخلال معايشة العديد من شعوب سكان الأرض لهذه الظاهرة ورؤيتها بالعين المجردة، هناك الكثير من المعلومات التي يجب معرفتها عن الكسوف.

أنواع الكسوف:

كسوف كلي: يحدث عندما يحجب القمر الشمس بالكامل، ويتلأأ الغلاف الجوي الخارجي للشمس (الهالة الشمسية) حول القمر عند حجب الشمس.
كسوف جزئي: يحدث عندما يحجب القمر جزءاً من الشمس فقط.

تأثير النظر المباشر لظاهرة الكسوف دون حماية:

النظر إلى الكسوف الشمسي دون الحماية الصحيحة للعين، يمكن أن يعرض العين لأشعة الشمس الضارة؛ مما يتسبب

في تلف العين.

حدوث ضرر دائم لشبكية العين، والشبكية جزء من العين حساس للضوء، ينقل الرؤية إلى الدماغ. فقد تحدث حروق، وتلف لخلايا شبكية العين.

يمكن أن يكون هذا الضرر مؤقتاً، أو دائماً، ولا يصاحبه أي ألم.

قد يستغرق الأمر بضع ساعات إلى بضعة أيام، بعد مشاهدة الكسوف الشمسي، للشعور بالضرر الذي حدث. يمكن أيضاً أن يسبب العمى، أو اعتلال الشبكية الشمسي.

الأعراض التي يمكن أن تحدث عند النظر إلى كسوف الشمس دون حماية العين:

فقدان الرؤية المركزية، أو اعتلال الشبكية الشمسي.

رؤية مشوهة.

تغير لون الرؤية.

متى تجب رؤية الطبيب؟

يجب زيارة الطبيب عند ملاحظة الأعراض التي تم ذكرها سابقاً، بعد مشاهدة الكسوف الشمسي مباشرة.

هل هناك طريقة آمنة لمشاهدة الكسوف؟

لا يوجد سوى طريقة واحدة آمنة للنظر مباشرة إلى الشمس في أثناء الكسوف، وهي متابعته من خلال نظارات تعرف باسم (نظارات الكسوف).

وصممت هذه النظارات خصيصاً لهذا الغرض، وبها مرشحات، أو فلاتر شمسية، وهي صممت بمعايير عالمية محددة ISO 12312-2 تعرف باسم

أدوات لا يجب استخدامها للنظر لكسوف الشمس:

النظارات الشمسية العادية، حتى تلك المعتمدة للغاية، أو المرشحات محلية الصنع، فهي ليست آمنة للنظر إلى الشمس. الهاتف الجوال، يمكن أن تعرضك مشاهدة الكسوف الشمسي بوساطة كاميرا الجوال إلى خطر النظر عن غير قصد إلى الشمس، وقد يؤدي - أيضاً - إلى تلف كاميرا الجوال.

عدسة الكاميرا، تجنب النظر إلى الكسوف الشمسي من خلال عدسة الكاميرا؛ حيث يمكن أن يضر ذلك بالعين، تماماً مثل النظر إليها مباشرة.

التلسكوبات، ما لم يتم تصميمها خصيصاً لمشاهدة الكسوف بوضع الفلاتر، والمرشحات المناسبة لها. نظارات الكسوف، إذا كان بالعدسات خدش، أو تجعد، أو صممت منذ أكثر من ثلاث سنوات.

نصائح لمشاهدة آمنة:

التأكد من استخدام نظارات الكسوف المصممة بمعايير عالمية.

النظر بعناية إلى الفلتر الشمسي، أو نظارات الكسوف قبل استخدامها، والتأكد من خلوها من أي خدوش، أو أضرار.

التأكد من أن الأطفال يستخدمون نظارات الكسوف بالطريقة الصحيحة.

عند الانتهاء من مشاهدة الكسوف، ينبغي إبعاد النظر عن الشمس أولاً، ثم إزالة النظارات؛ تجنباً للنظر إلى الشمس.

لا تنظر أبداً إلى الكسوف من كاميرا الجوال، أو عدسات التصوير، أو التلسكوبات دون مرشح شمسي

