

احذر.. أضرار قناع العين أثناء النوم



أقنعة العين دائماً ما تكون خياراً جيداً للنوم وحجب مصادر الضوء، لكن تبين أن لها جانباً سلبياً، قد يضر بسلامة العين.

وأوضحت تينا باتل، خبيرة البصريات البريطانية، أن قناع العين يلتقط البكتيريا، والأتربة، ومستحضرات التجميل والزيوت الطبيعية والعرق، وفي حال عدم غسله باستمرار واستبداله، قد يتسبب في أمراض العين، بحسب صحيفة ديلي إكسبريس.

وأضافت، «يجب عليك التوقف عن استخدام القناع وزيارة الطبيب، في حال شعرت بأي ألم أو احمرار في العين أو إفرازات لزجة أو تقشر للجفون، عقب استيقاظك من النوم».

وقالت تينا باتل: «نظراً لأن أقنعة العين مصنوعة من مجموعة متنوعة من المواد فقد يكون من الوارد المعاناة من تهيج الجلد أو التشققات أو جفاف الجلد؛ لذلك يجب التأكد من اختيار نوع القماش المناسب عند شراء تلك الأقنعة».

وأشارت إلى أن الأفتنة الضيقة قد تضع ضغطاً على العين، مما يؤدي إلى الرؤية الضبابية في الصباح، وفي حال ملاحظة ذلك يجب توسيع القناع أو تغييره، أما لو استمرت الضبابية لأكثر من 24 ساعة، فذلك يعني ضرورة زيارة طبيب العيون.

"حقوق النشر محفوظة" لصحيفة الخليج. © 2024.