



Зная о своем диагнозе, пациент должен понимать, что глаза нельзя перенапрягать. Внутриглазное давление проявляет себя, когда увеличивается зрачок, а это происходит обычно, если в комнате недостаточно освещения. Поэтому пациентам с глаукомой запрещено читать или смотреть телевизор в плохо освещенном помещении. При просмотре телевизора следует находиться от экрана на оптимальном расстоянии, равном одному метру, как минимум. Можно работать за компьютером, но не забывать давать глазам отдыхать, а при появившихся признаках напряжения глаз тут же прекратить использование компьютера. Если на улице солнечно, и необходимо решить, какие очки надеть, то лучше всего будет воспользоваться зелеными очками, так как темные очки ограничивают видимость и заставляют глаза напрягаться сильнее. В том случае, если человек, которому была диагностирована глаукома, хочет сесть за руль, то он может с легкостью сделать это, особенно, если заболевание было обнаружено на ранней стадии.



РОССИЙСКОЕ  
ГЛАУКОМНОЕ  
ОБЩЕСТВО

# Допустимые зрительные нагрузки при глаукоме