

מולטיפוקל - ארגונומיה לעיניים

מיכל ואבשלום בן מנחם, בעלי החנות איי סי אופטיק, מרכז מסחרי צור יגאל



יצרני עדשות מולטיפוקל

קיים מגוון של יצרני עדשות מולטיפוקל בטכנולוגיות יצור שונות. בעדשות איכותיות יש פחות עיוותים ושטח הראיה למחשב וקריאה רחב יותר. בעדשות אלו, סיכויי ההסתגלות גבוה יותר.

הסתגלות למולטיפוקל

עדשת המולטיפוקל כאמור מחולקת באופן הדרגתי לאזור עליון (רחוק) מרכזי (מחשב) ותחתון (קריאה). חלוקה זו מצריכה הסגלות למציאת המנח הנכון למיקוד. בהתחלה, התאמת מנח העיניים והגוף על מנת למצוא את המיקוד הנכון לאובייקט יהיו "טכניים". עם הזמן זה יבוא בטבעיות. בתקופת ההסתגלות חשוב להרכיב את המשקפיים כמה שיותר (עד שתופסים את הפרנציפ). לרוב מסתגלים תוך כמה ימים. במידה ולא מסתגלים, ניתן למצוא פתרונות אופטיים חלופיים. יש מקרים בהם מולטיפוקל אינו מומלץ, למשל בסכרת לא מאוזנת וברטיגו (יקשו על ההסתגלות) ובפתולוגיות עיניים (קטרקט לפני ניתוח, עיוותי ראייה).

לסיכום:

עדשות מולטיפוקל זה לא מותרות, הן נותרות פתרון אופטי מצויין לכל טווחי הראיה, המקל על העיניים ובכך גם עשוי לצמצם כאבי עיניים וראש. המולטיפוקל מותאם אישית לצרכי המשתמש, בטכנולוגיה מתקדמת המאפשרת הסתגלות מהירה.

תיהנו!

למה להסתב עם שתיים-שלוש זוגות בתיק? למה להכביד על העיניים לסיים עם כאב ראש?

משקפיי מולטיפוקל הם פתרון אידיאלי ונוח המאפשר לנו לראות בצורה ברורה לרחוק, לקרוב וגם לטווח הביניים. הטכנולוגיה המתקדמת מאפשרת ההסתגלות מהירה ונד בד בחירת מגוון מסגרות אופנתיות מבלי לפגוע באיכות הראייה.

אז למה צריך בכלל מולטיפוקל? (כן, גם העיניים מזדקנות...)
פרסבייפיה: עם הגיל (>40) עדשת העין מאבדת את גמישותה ולכן קשה יותר להתמקד בעצמים בטווח הראיה הקרוב והביניים (צג הטלפון הנייד, קריאה, מחשב). משקפי קריאה נותנים פתרון אופטי רק למרחק אליו התאמתו ולא לכל הטווחים.

מולטיפוקל לכאב ראש וצוואר

כאשר הראיה לא מתוקנת בטווחים השונים (מה, שוב שכחת את משקפי הקריאה?) העיניים מתאמצות ומתעייפות מהר יותר ואלהן מתלווה לעיתים גם כאב ראש. כמו כן, על מנת למצוא את המיקוד הנכון (במיוחד לטלפון נייד או מחשב) מנח הראש וגוף משתנה כל הזמן (כיפוף החוליות העליונות), דבר העשוי לגרום לכאבי צוואר וגב. עדשות המולטיפוקל מאפשרות לעין להתמקד למרחקים שונים במהירות ובקלות. העין לא צריכה להתאמץ על מנת למקד את הראייה. בכך, משקפי מולטיפוקל מסייעות לשמור על העיניים לאורך זמן, למנוע אדמומיות, עייפות, ופגיעה מוקדמת בשרירי העין ותופעות לוואי שניוניות כמו כאב ראש וכאבי צוואר.

אז מהי בעצם עדשת מולטיפוקל?

עדשת המולטיפוקל מחולקת באופן הדרגתי לאזור עליון (רחוק) מרכזי (מחשב) ותחתון (קריאה). יחס החלוקה מותאם באופן אינדיווידואלי לצרכי המשתמש. בכך, מתאפשרות מגוון פתרונות אופטיים לכל טווחי הראייה בעדשה אחת - למשל עבודה מול מחשב או חומר קריאה בשילוב ראייה למרחק (נהיגה)

התאמת מולטיפוקל - מה זה אומר?

עדשות המולטיפוקל אינן מוצר מדף שכן יחס החלוקה של העדשה (רחוק וקרוב) מותאם אישית. גודל המסגרת, המרשם האופטי, התאמת העדשה לצרכי המשתמש, בעיות בריאותיות ועוד משפיעים גם הם על תכנון עדשות המולטיפוקל.

בחירת המסגרת המתאימה למולטיפוקל

באופן עקרוני ניתן לתאים עדשות מולטיפוקל לכמעט כל מסגרת (חשוב להשאר אופנתית!). עדיף מסגרת גדולה יותר, על מנת למקסם את אזור הקריאה. חשוב להגדיר יחד עם האופטומטריסט את הצרכים האופטיים ובהתאם לבחור את המסגרת הנכונה (ושגם תהיה שיקית!) ניתן לעשות גם עדשות מגע מולטיפוקל.