

## Правила ношения очков

При пользовании очками необходимо соблюдать следующие правила:

- Очки необходимо подбирать не реже, чем один раз в год.
- Очки должны быть правильно подобраны по размеру. Если они недостаточно плотно "сидят" и съезжают к кончику носа, человек не сможет в них хорошо видеть. С другой стороны, если очки сильно сжимают нос, то из-за нарушений проходимости слезного канала могут возникнуть проблемы с глазами. Желательно, чтобы дужки очков были толстыми и прочными.
- Линзы очков должны быть чистыми и прозрачными. Грязь и пятна на линзах могут быть причиной ещё больших нарушений остроты зрения. Линзы не должны иметь царапин, которые возникают, когда очки кладут линзами на твердую поверхность. Царапины чаще возникают на пластиковых линзах.
- Если очки загрязнены, их нужно мыть тёплой водой, при необходимости используя мягкое мыло. После мытья очки необходимо вытереть чистой мягкой тканью или полотенцем.
- Хранить очки нужно в легко доступном месте, желательно в футляре, чтобы они не разбились или не поцарапались.
- Очки должны быть всегда рядом с пациентом. Некоторым подопечным необходимо периодически напоминать о том, чтобы они пользовались очками.