スマートフォンの文字がぼやけて見えませんか？

こんな症状、ありませんか？

1. 携帯電話、スマートフォンの文字がぼやけて見えにくい。
2. 照明が少し暗いレストランなどでメニューの文字が見えにくいと感じることがある。
3. 目線を遠くから近くに、近くから遠くに変えたときに、すぐにピントが合わないことがある。
4. 仕事中、夕方になると書類が見えにくく感じる。
5. 最近、目の疲れやすくなり、ちょっとしようと思う。

40～45歳くらいになって、このような症状が現れてきたら、老眼かもしれません。

「老眼ってお年寄りがするの」「老眼＝遠視」「近眼だから老眼になりない」と思っていませんか？
老眼とは、年齢とともに目がピントを合わせられる範囲が狭くなり、近くが見えにくくなることです。40～45歳になると誰にも起こることです。

老眼は、そのまま放置しておくと肩こり、頭痛、吐き気などの症状が現れることもあります。
目の疲れや近くが見えにくいのを我慢するより、快適な生活を送るためにも、早めの対処をおすすめします。

---

老眼は、メガネやコンタクトレンズなどで対処できます。
まずは、眼科の先生にご相談ください。

コンタクトレンズの情報や正しい使い方など、役に立つ情報を掲載しています。
クーパビジョン
http://www.coopervision.jp/