



Presidente della SOI (Società Oftalmologica Italiana). È direttore sanitario del CMA (Centro di Microchirurgia Ambulatoriale) di Monza

Dottor Matteo Piovella • OCULISTICA

## Per i miopi è fastidioso guidare dopo il tramonto

**G**entile dottore, sono miope e porto gli occhiali. Durante il giorno non ho alcun problema, ma di notte, specialmente quando sono alla guida dell'auto, mi sembra che la vista peggiori. Quale potrebbe essere la causa di ciò? Grazie in anticipo della risposta.

Salvatore, Vibo Valentia

**T**utti i miopi sono sensibili alla diminuzione di luce caratteristica del crepuscolo e della notte. Infatti la pupilla, in seguito alla carenza di luce, si dilata e questo fenomeno naturale mette tutti in difficoltà, soprattutto quando si è alla guida dell'auto. Al buio a livello retinico entrano in funzione prevalentemente i bastoncelli, mentre i coni risultano meno efficienti. Questa situazione penalizza la vista soprattutto se l'occhiale non corregge tutta la miopia e mette molte persone nella condizione di non gradire la guida al buio. Quindi, è indispensabile sottoporsi a visite di controllo da parte del medico oculista per ottenere una correzione perfetta delle lenti e poter valutare l'assenza di penalizzazioni a livello retinico riferite alla qualità della vista disponibile durante la notte al buio.

A volte l'utilizzo di antocianosidi permette un miglior adattamento alla diminuzione della luce dopo il tramonto. È necessario che tutti siano consapevoli dell'importanza di un'adeguata capacità visiva durante la guida notturna. La Fondazione Insieme per la Vista sostiene ogni anno la campagna "La Vista ti salva la Vita": uno slogan perfetto!

### IL CONSIGLIO

**Per i bambini che praticano attività fisica sono più indicate le maschere/lenti (utilizzate soprattutto dai giocatori di basket) rispetto, alle lenti a contatto.**



## Una correzione parziale

**B**uongiorno, da una recente visita è emerso che con gli occhiali vedo 9/10 per occhio. L'oculista mi ha detto però che, siccome passo molto tempo davanti al computer, non c'è bisogno di cambiare lenti. È vero?

Francesca, Ferrara

**N**ormalmente il comfort migliore risulta essere una vista perfetta. Per ottenere ciò è indispensabile correggere perfettamente i difetti di vista, miopia, astigmatismo e ipermetropia. Così, gli occhi sono messi nella condizione migliore e si affaticano meno, sostenuti dalla mancanza dello sforzo causato da una continua messa a fuoco nel vano tentativo di percepire tutto perfettamente nitido. Detto ciò, è frequente l'indicazione di non correggere del tutto la miopia in quanto vantaggioso per vedere bene da vicino. Sono tradizioni che persistono anche alla luce dei miglioramenti tecnologici delle più recenti strumentazioni.

Rimango dell'idea che la correzione precisa di un difetto visivo elimina la differenza di qualità visiva tra persone affette da difetti di vista e persone che non hanno mai avuto necessità di portare un paio di occhiali. Perciò, basato sulla riduzione del cosiddetto affaticamento visivo, normalmente prescribo le lenti in grado di correggere adeguatamente i difetti di refrazione. Ovviamente, una riduzione di mezza diottria di miopia non ha mai fatto male a nessuno.

## Mettersi le lenti a contatto non è un gioco

**G**entile dottore, ho un figlio di 10 anni miope che gioca a calcio. Durante gli allenamenti e le partite portare gli occhiali gli dà molto fastidio. È troppo piccolo per utilizzare le lenti a contatto? Quali sarebbero le più indicate per lui?

Graziana, Genova

**A**pplicare le lenti a contatto è molto impegnativo rispetto agli occhiali. Soprattutto per un bambino di 10 anni. In generale, le coetanee femmine sono più precise e attente a osservare le regole necessarie a evitare problemi o complicazioni. Le lenti a contatto sono un presidio medico chirurgico invasivo di secondo livello e, quindi, necessitano di consapevolezza e buon utilizzo.

Oggi le lenti a contatto più utilizzate sono le morbide usa e getta. Per prima cosa è obbligatorio sottoporsi a una visita medico oculistica per evidenziare se non vi siano controindicazioni all'utilizzo delle lenti stesse. In seguito, bisogna sottoporsi a regolari controlli da parte del medico oculista. La lente a contatto è utilizzata con successo da una persona ogni 20 tra chi ha difetti di vista. Si potrebbe andare avanti qualche anno utilizzando le specifiche maschere/lenti, come fanno i giocatori di basket. Oltre a permettere una vista perfetta, proteggono la faccia durante le azioni di gioco. Nel caso si decidesse di utilizzare le lenti a contatto, raccomando un'adeguata assistenza. In caso di fastidio o rossore dell'occhio, vanno immediatamente tolte.