

## Fortsatt alarmerande siffror visar: Endast en av fyra småbarnsföräldrar skyddar sina barn med solglasögon

**Fem av sex (83 procent) föräldrar med barn i ålder 1-5 år skyddar sina barn från stark sol med solskyddskräm, men bara en av fyra (26 procent) med solglasögon, enligt Stora Synundersökningen 2019\* gjord av Synoptik i samarbete med Novus. Föräldrarna har på två år blivit bättre på att skydda sina barns ögon mot solen men siffrorna är fortsatt alarmerande. Barns ögon, i likhet med deras hud, är mycket känsligare för sol än vuxnas och släpper in betydligt mer farlig UV-strålning.**

### Synoptik tipsar om hur du skyddar dina barns ögon från solen.

– Solen är härlig, men det är viktigt att vi skyddar oss från dess UV-strålar, såväl hud som ögon. Barnens ögon är dessutom extra känsliga, säger Awet Tesfamariam, optiker och chef för kliniska frågor på Synoptik. Ett par solglasögon är bästa skyddet för ögonen mot UV-strålningar och starka solreflexer.

Ett barns ögon släpper in upp till 75 procent av solens strålar, jämfört med 10 procent för vuxna. Barns hornhinna är tunnare än vuxnas, linsen är klarare och deras pupiller är större. Det, i kombination med att de ofta är utomhus mer och därför blir mer utsatta för sol, gör att de är en extra viktig grupp att skydda. Känsligast är barn under 10 år.



*Barns ögon är känsligare för sol än vuxnas och släpper in mer UV-strålning.*

### Synoptiks tips – så skyddar du ditt barns ögon

- Se till att solglasögonen är **CE-märkta**, då har de fullgott UV-skydd.
- Var extra noga vid **sjö, hav och sand**, då dessa reflekterar solens strålar.
- Se till att **passformen** är bra. Sitter de skönt och bra både skyddar de bättre, och det är större chans att ditt barn vill använda dem. Köp solglasögon som ditt barn trivs i. Mindre barn lockas ofta av härliga färger och figurer, äldre barn vill ofta ha några som är mer trendiga.
- **Använd nackband** för att säkra passform på solglasögon till små barn under 5 år.
- **Föregå med gott exempel** och använd själv solglasögon.
- Tänk på att även när det är **molnigt** utsätts vi för UV-strålning.

Stora Synundersökningen visar att föräldrar som alltid eller ofta skyddar sitt barn med solglasögon har ökat med nio procentenheter sedan 2017, en positiv förbättring som tyder på att föräldrar blir mer observanta på solens skadliga effekt på barns ögon. Men det finns fortfarande utrymme för förbättring och störst utmaning med solglasögon verkar föräldrar till de yngsta barnen (1-5 år) ha.

– En möjlig förklaring är att många föräldrar inte är medvetna om solens risker för ögonen och tror att solglasögon mest är en modeaccessoar. Många är duktiga på att använda solhatt eller keps på mindre barn, men det skyddar inte ögonen från solreflexer som också är farliga och vanliga vid kust eller sjöar. Det som händer är att cellerna i barnens ögon bryts ner och riskerar att inte hinna reparera sig, vilket kan leda till kvarstående skador livet ut, säger Awet Tesfamariam.

Skador från UV-strålning byggs på med tiden och ökar risken för vissa ögonsjukdomar senare i livet så som grå starr, åldersrelaterade förändringar på gula fläcken samt hudförändringar i ögat som födelsemärken (nevus) och malignt melanom. Även akuta ögonproblem som till exempel små sår på hornhinnan kan uppstå vid starkt solljus, vilket i sin tur kan leda till sveda och nedsatt syn.

*Synoptik etablerades i Sverige 1991 och är idag med över 140 butiker och en omsättning över 1.2 miljarder en av landets ledande aktörer inom optik. Genom att erbjuda kvalitetsoptik som alla kan ha råd med ska Synoptik bli Sveriges folkoptiker. Företaget ägs delvis av Synoptikfonden, en icke vinstdrivande stiftelse som verkar för att främja nordisk forskning inom optik. Varje år skänks därför en del av vinsten från Synoptik till forskning inom optik och oftalmologi. Synoptik är även en del av GrandVision N.V., en världsledande aktör inom optisk detaljhandel, med drygt 7.000 butiker i fler än 40 länder. För mer information, se [synoptik.se](http://synoptik.se).*

Se bilaga för mer statistik och information om undersökningen.

*\* Stora Synundersökningen 2019 från Synoptik är en kvantitativ webundersökning gjord i samarbete med Novus. Den innehåller attitydfrågor och fakta kring användandet av glasögon, linser och solglasögon för både barn och vuxna. Resultatet som presenteras här är en del av den totala undersökningen. Målgruppen för undersökningen är den svenska allmänheten, 18-79 år med nedbrytning på föräldrar till barn på 15 år eller yngre. Totalt har 2307 intervjuer genomförts under perioden 21–28 mars 2019. Deltagarfrekvensen är 61 %. Undersökningen är genomförd via webbintervjuer i Novus slumpmässigt rekryterade och representativa Sverigepanel.*

**För mer information:**

Lottie Funck Ekelund, marknadsdirektör Synoptik, tfn: +46 (0)73-523 40 22, e-post: [lfe@synoptik.se](mailto:lfe@synoptik.se)  
Awet Tesfamariam, chef för kliniska frågor Synoptik, tfn: +46 (0)72 537 46 00, e-post: [ate@synoptik.se](mailto:ate@synoptik.se)  
Pressansvarig och bilder för fri publicering kontakta:  
Anders Ekhammar, tfn: +46 (0)70-7462579, e-post: [anders.ekhammar@perspective.se](mailto:anders.ekhammar@perspective.se)

*Synoptik etablerades i Sverige 1991 och är idag med över 140 butiker och en omsättning över 1.2 miljarder en av landets ledande aktörer inom optik. Genom att erbjuda kvalitetsoptik som alla kan ha råd med ska Synoptik bli Sveriges folkoptiker. Företaget ägs delvis av Synoptikfonden, en icke vinstdrivande stiftelse som verkar för att främja nordisk forskning inom optik. Varje år skänks därför en del av vinsten från Synoptik till forskning inom optik och oftalmologi. Synoptik är även en del av GrandVision N.V., en världsledande aktör inom optisk detaljhandel, med drygt 7.000 butiker i fler än 40 länder. För mer information, se [synoptik.se](http://synoptik.se).*