**Sikkerhed, sundhed og komfort på skiferien:**

**Pas på børnenes øjne på skiferien**

**Skiferien er lige om hjørnet, og det er vigtigt at beskytte øjnene mod sne og solens farlige stråler – både for at øge sikkerheden på løjperne og for at forhindre børnenes øjne i at blive beskadiget.**

I øjeblikket drager mange tusind familier på skiferie, og det er ikke kun det varme skiundertøj, der er vigtigt. Skibriller eller goggles bør være et must i kufferten. De øger først og fremmest din sikkerhed på pisterne.

”Et klart syn øger din sikkerhed, når du står på ski. Hvis du ikke kan se pisten og skiløberne omkring dig, udsætter du både dig selv og andre for fare. Derfor er det meget vigtigt, at du bærer et par ordentlige skibriller eller goggles, så du altid har et optimalt syn uanset vind og vejr,” lyder det fra Gitte Sørensen fra Profil Optik, der er Danmarks største optikerkæde.

**UV-filter beskytter øjnene**

Ud over sikkerhedsfaktoren forhindrer en skibrille eller et par goggles med UV-beskyttelse også dine øjne i at blive beskadiget af solen.

”Dit syn er meget værdifuldt, og det er vigtigt at passe godt på det. Når du står på ski, udsættes dine øjne for meget kraftige lyspåvirkninger af solen i den hvide sne. Selv i overskyet vejr kan du blive sneblind, når solens stråler reflekteres i sneen og forårsager en overfladisk forbrænding af øjets hornhinde og slimhinde. Derfor er det meget vigtigt at beskytte øjnene mod de kraftige UV-stråler,” fortæller Gitte Sørensen fra Profil Optik.

Også børnenes øjne er meget vigtige at beskytte.

”Børns øjne er langt mere sarte end voksnes. Børns øjne er ikke færdigudviklede, og derfor er det ekstra vigtigt at passe på dem og beskytte dem mod solen. Sørg for at børnene bruger en skimaske med et godt UV-filter for maksimal beskyttelse,” lyder rådet fra Profil Optik.

**Solbriller eller goggles?**

Om du så skal vælge skibriller eller goggles afhænger af dit behov.

”Foretrækker du rolige ture i den stille natur kan et par skibriller være nok. En skibrille med UV-filter beskytter dine øjne, de fremhæver kontrasterne i landskabet og optimerer mulighederne for at se konjunkturerne, hvor du løber i det stærke lys,” fortæller Gitte Sørensen fra Profil Optik.

Hvis du er til de vildere pister i snevejr yder goggles den bedste beskyttelse.

”Goggles giver dig frit udsyn til alle sider og tillader en højere fart, uden at tårer hindrer udsynet, og har som regel også den bedste beskyttelse mod flyvende objekter. Vælger du et par goggles er det vigtigt, at de ikke bliver for store og dækker hele panden, da sveden skal kunne løbe frit uden at give dug på brillen.”

Hvis du er brillebruger, er det muligt at købe skibriller med styrke, eller du kan anvende goggles udover dine normale briller.

**Husk komforten**!

Skibriller eller goggles er med andre uløseligt forbundet med vintersport, men komforten er også vigtig, så du kan få den bedste oplevelse ud af din skiferie.

”Brillerne skal passe til dit ansigt og din hjelm og skal sidde tæt. Men de må ikke stramme, så de giver dig en trykkende fornemmelse. Der er stor forskel på kvalitet, funktionalitet og komfort, men vi kan altid hjælpe dig til det rigtige valg, så tøv ikke med at komme forbi os og hør nærmere om, hvad der passer bedst til dine behov – og naturligvis din stil,” lyder opfordringen fra Profil Optik.

**SÅDAN BESKYTTER DU DINE ØJNE PÅ SKIFERIEN:**

* Køb ikke en almindelig solbrille, men en 'sportsbrille', der med sin afrundede form giver større udsyn, bedre UV-beskyttelse og reducerer trækluft, så øjnene ikke løber i vand.
* Vælg skibriller/goggles med UV-filter.
* Køb skibriller/goggles med anti-tågebelægning, så du kan se ud af dem, selvom du sveder.
* Vrid lidt i skibrillen og tjek, at den er fleksibel og kan bøjes en smule.
* Sørg for at brillerne sidder tæt til hovedet, så de ikke falder af.
* Vælg en farve glas, der passer til dit behov – der er forskel på, hvilken effekt glassets farve har for din sikkerhed.
* Vælg en anti-ridsebelægning for at forhindre skader.
* Sørg for at dine googles passer til din hjelm for optimal beskyttelse.
* Opsøg en optiker og få afdækket dine præcise behov.

Kilde: Profil Optik

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

**For flere oplysninger eller billeder kontakt:**

Kenni Kjær Rasmussen, presseansvarlig i Kreab.

T: 25 38 95 39

E: [krasmussen@kreab.com](mailto:krasmussen@kreab.com)