

Halloween

i øjenhøjde

Den amerikanske højtid halloween er lig med uhygge og ditto udklædninger. Som prikken over i'et på et frygtindgydende kostume findes alt fra farvede kontaktlinser til dråber med blod, der kan farve dine tårer. Læs her, hvad du skal være opmærksom på, hvis du, dine børn eller børnebørn vil gå hele vejen.

AF **Ditte M. Hansen, journalist**

SOM PENDANT til den danske fastelavn lægger den amerikanske højtid halloween op til, at de uhyggelige kostumer bliver fundet frem fra udklædningskassen.

I løbet af de seneste år har den amerikanske tradition vundet større og større indpas herhjemme. Det betyder, at børn såvel som voksne klæder sig ud som zombier, vampyrer, hekse, spøgelse og andre horrible skabninger, når de skal ud for at skræmme og spørge efter slik den 31. oktober. Er kostumet ikke rædselsvækkende nok i sig selv, er der mulighed for at gå skridtet videre og 'klæde øjnene ud'.

Blodsprængte øjne for en aften

I udklædningsbutikker og på nettet kan du købe kontaktlinser med eller uden styrke, der kan få dine øjne til at se blodsprængte ud. De kan også dække hele øjet med en farve, så der ser ud, som om du ingen pupiller har, eller de kan gøre, at dine pupiller får en ny farve eller bliver mønstret. Ud over linser findes også øjendråber med farve, så du kan 'græde blod', stifter til at

Fra sjov til sund fornuft

Køber du kontaktlinser eller andre produkter, der skal i eller omkring øjnene, så sørg altid for, at du får en grundig introduktion til dem, der hvor du køber dem. Det kan være svært på nettet, ligesom udenlandske netbutikker kan have produkter, som ikke er godkendt herhjemme. Brug derfor din sunde fornuft, når du handler.



Årets kampagne

Den 8. oktober er af Verdenssundhedsorganisationen WHO udnævnt til Verdens Synsdag. For at markere dagen er Øjenforeningen igen i år gået sammen med Optikerforeningen om en kampagne, der skal få danskerne til selv at tjekke deres syn – gennem hele livet.

H **VORFOR** er det vigtigt at tjekke sit syn gennem hele livet? Og er der forskel på, hvad børn, unge, voksne og ældre skal være opmærksomme på, når de gør det?

De spørgsmål og meget mere sætter Øjenforeningen fokus på i årets Tjek dit syn-kampagne. Kampagnen har til formål at få danskerne til selv at tjekke deres syn, da vi fra spørgeskemaundersøgelser ved, at langt størstedelen af danskerne ikke tjekker deres syn jævnligt. Og det er et problem, for kun derved kan man selv være med til at opdage synsproblemer i tide.

Følg kampagnen på tjekditsyn.dk og på Øjenforeningens sociale medier – og vær gerne med til at sprede budskabet.



Skuespiller Bodil Jørgensen var kampagnemodel i 2017, hvor hun opfordrede danskerne til ganske enkelt at tjekke deres syn.

Se de nye kampagnemodeller på Øjenforeningens sociale medier fra den 8. oktober.

Hvis du ikke har rutine i at bruge kontaktlinser, er det vigtigt, at du får en vejledning med derfra, hvor du køber dem.

Steffen Heegaard, professor i øjensygdomme på Rigshospitalet

smøre under øjnene, så de løber i vand, lim, som rynker huden omkring øjnene, og mange andre opfindsomme hjælpemidler. Du kan med andre ord gøre en masse ekstra for at få dine øjne og øjenomgivelser til at se skrækindjagende ud. Og det kan jo være vældig sjovt, mens uhyrlighederne står på. Men du bør alligevel tage dine forholdsregler, inden du kaster dig ud i det.

Undgå, at uhyggen fortsætter

Spørger man professor i øjensygdomme på Rigshospitalet Steffen Heegaard, kan du godt bruge kontaktlinserne i en times tid for at gøre et ekstra indtryk.

"Hvis du ikke har rutine i at bruge kontaktlinser, er det vigtigt, at du får en vejledning med derfra, hvor du køber dem, så du får dem sat rigtigt i," fortæller han og fortsætter:

"Som med almindelige kontaktlinser kræver det desuden en god håndhygiejne, når du tager dem i og ud."

Steffen Heegaard anbefaler samtidig, at du sikrer dig, at de forskellige produkter ikke indeholder skadelige stoffer eller andet, som kan irritere øjet eller fremkalde allergiske reaktioner i øjets slimhinde. Et simpelt råd kan derfor lyde, at hvis du er i tvivl, så lad være, så uhyggen ikke bliver til alvor næste dag. ■

