


## วิธีแก้.....เมื่อแสบตาและตาแดง

นำเสนอเมื่อ : 22 ก.ย. 2552

ใครที่ต้องทำงานในห้องแอร์ และอยู่กับคอมพิวเตอร์นาน ๆ อาจทำให้แสบตาหรือตาแดงได้  
วันนี้เกร็ดความรู้มีวิธีแก้มาฝากกัน...

ความเย็นจากแอร์และรังสีจากจอคอมพิวเตอร์จะทำให้น้ำที่หล่อเลี้ยงดวงตาแห้งได้  
จึงก่อให้เกิดอาการระคายเคือง แสบตา และตาแดงได้

 **วิธีแก้** คือ ควบต็มน้ำหรือชาสมุนไพรให้ได้วันละ 3 ลิตร  
และอาจใช้น้ำตาเทียมช่วยเพิ่มความชุ่มชื้นให้กับดวงตา แต่ทางที่ดีที่สุดคือควรให้แพทย์ตรวจและเป็นผู้สั่งยาหยอดตาให้

รู้อย่างนี้แล้ว ก็ลองนำวิธีที่แนะนำไปปฏิบัติตามกันได้ เพื่อสุขภาพดวงตาที่ดี.

ข้อมูลจากเคล็ดลับ



