



시력의 이해 2017. 11. 29

시력 문제의 인식

근시, 원시 그리고 난시 등 시력 문제에는 어떤 것이 있으며, 어떻게 교정할 수 있을까요?

근시, 원시, 노안: 시력 장애는 수많은 형태로 나타날 수 있습니다. 시력 문제가 생기면 대개 점차 불편을 느끼지만 갑자기 장애가 찾아오는 경우도 종종 있습니다. 시력이 예전 같지 않으며, 선명히 보기가 점점 힘들어집니다. 근시인 사람은 멀리 있는 사물을 보기가 어려우며, 원시인 사람은 가까운 사물을 보기가 힘듭니다. 디지털 기기나 스마트폰, 노트북 등을 보는 일도 시력에 영향을 미치며 시습관을 변화시켰습니다. 그래서 디지털 기기로 인한 눈 피로나 운전 시 시력 문제를 호소하는 사람이 점점 많아지고 있습니다. 시력 장애에는 어떤 것이 있으며, 원인은 무엇이고, 최상의 시력을 회복하려면 어떻게 하는 것이 좋은지 **BETTER VISION**이 설명해 드립니다.

우리는 일상생활에서 수많은 시력 문제를 겪습니다. 대부분은 아무 해도 끼치지 않으며 안경을 착용하기만 하면 교정할 수 있습니다. 이러한 장애로는 근시, 원시, 난시 등을 들 수 있습니다. 이 글에서는 이러한 '보통' 시력 문제에 초점을 맞춥니다. 하지만 수술을 해야만 해결할 수 있는 특수한 장애도 있습니다.

[> 가장 빈번한 눈 질환에 관해 자세히 알고 싶으면 여기를 클릭하세요...](#)

[근시안](#)
[원시안](#)
[노안](#)
[난시안](#)
[디지털 기기로 인한 눈 피로](#)
[운전 시 시력 문제](#)
[명료하게 이해했나요?](#)

건강한 눈은 어떻게 기능할까요?

근시와 원시를 잘 알기 위해서는 우선 시각이 작용하는 원리를 이해할 필요가 있습니다. 다른 아니라 사물을 선명히 지각하려면 망막 앞이나 뒤가 아니라 망막에 상이 맺혀야 한다는 사실입니다. 이 과정에는 안구의 길이와 수정체 및 각막의 곡률 등 수많은 요소가 관련됩니다. 이 요소들이 최적으로 상호 작용하지 않으면 근시나 원시가 생깁니다.

근시

근시의 증상은 무엇일까요?

근시인 사람에게는 멀리 있는 사물이 흐리게 보이며, 반면 가까운 사물은 매우 선명하게 보입니다.

근시의 원인은 무엇일까요?

근시에는 다양한 원인이 있습니다. 가장 흔한 원인은 안구가 너무 길다는 것입니다 (축성 근시). 입사광이 망막이 아니라 망막 앞에 모입니다. 그 결과 흐리게 보입니다. 드물게는 굴절 근시도 발생합니다. 굴절 근시에서는 안구 길이는 정상이지만 각막 혹은 수정체가 지나치게 볼록해져 망막이 아니라 망막 앞에 상이 맺히므로 흐리게 보입니다. 근시(myopia)라는 말의 어원은 '눈을 가늘게 뜬 얼굴'이라는 뜻의 그리스어 myops라는 것을 아셨나요? 근시인 사람은 안경을 쓰지 않으면 먼 거리를 선명히 보기 위해 눈을 가늘게 뜹니다. 그래서 이런 말이 생긴 것입니다.

정상 시력 눈









근시는 어떻게 교정할까요?

최적으로 개인 맞춤형 원거리용 안경이나 콘택트렌즈를 착용하면 멀리 있는 사물이 선명히 보입니다. 안경원에서는 시력검사를 통해 근시인지 빠르게 알아내고 적절한 안경을 권장할 수 있습니다. 레이저 수술로도 근시, 원시, 난시를 교정할 수 있습니다.

원시

원시의 증상은 무엇일까요?

가까운 사물을 보기가 힘듭니다. 원시인 사람에게는 대개 가까운 사물이 흐리게 보입니다. 안경을 착용하지 않고 오랫동안 책을 읽거나 DIY 작업을 하거나 화면을 보면 종종 두통이 납니다. 원시인 사람에게는 멀리 있는 사물이 선명히 보이지만, 가까운 사물에서 먼 사물로 시선을 옮기면 적응에 시간이 걸립니다.

원시의 원인은 무엇일까요?

원시에서 가장 흔하며 대부분 선천적인 원인은 안구가 너무 짧다는 것입니다 (축성 원시). 따라서 원시안에서는 수정체가 볼록해지지 않으면, 망막이 아니라 망막 뒤에 상이 맺히므로 흐리게 보입니다. 굴절 원시는 훨씬 드뭅니다. 이 경우에는 안구 길이는 정상이지만 각막 혹은 수정체가 가까운 사물을 선명히 볼 수 있을 만큼 충분히 볼록해지지 않습니다. 수정체가 없어도 동일한 증상이 발생합니다. 무수정체증은 유전성일 수도 있지만, 사고나 질병의 결과 생길 수도 있습니다.

정상 시력 눈











원시는 어떻게 교정할까요?

대개 원시는 단초점 렌즈, 독서용 안경, 혹은 적절히 개인 맞춤형 콘택트렌즈로 교정할 수 있으

며, 그러면 가까운 사물이 다시 선명히 보입니다. 안경원에서는 시력검사를 통해 원시인지 빠르게 알아내고 적절한 안경을 권장할 수 있습니다.

노안

노안의 증상은 무엇일까요?

작은 활자를 읽기가 무척 어렵고 글을 읽으려면 눈에서 멀리 떼어야 합니다. 조명이 약한 곳에서 독서하기가 매우 힘들고, 스마트폰 화면의 아이콘이나 텍스트가 흐려 보이며 가까운 사물에서 먼 사물로 시선을 옮기기가 갈수록 어렵습니다. 노안은 원시와 증상이 유사하지만, 눈 근육이 노화하기 시작하는 나이인 40세가 넘어야 찾아옵니다. 노안을 더 일찍 느끼는 사람도, 더 늦게 느끼는 사람도 있습니다. 반면, 원시와 근시는 대개 유전성입니다.



노안의 원인은 무엇일까요?

노안은 대개 40세를 넘어 눈이 자연스럽게 노화하면서 발생합니다. 수정체가 탄력을 잃어 다양한 거리의 사물에 선명하게 초점을 맞출 수 없게 되고, 특히 근거리에서 독서가 점점 더 어려워 집니다.



[이벤트](#)

[연락처](#)

[안경사 및 안 전문의용](#)

[-A A A+](#)

[대한민국](#)



00







노안은 어떻게 교정할까요?

근시나 원시 등의 시력 문제가 없는데 노안이 찾아온 사람은 가까운 사물이나 먼 사물을 보기 위해 대개 단초점 렌즈를 사용하면 최상의 시력을 누릴 수 있습니다. 하지만 근시나 원시가 있는데 노안이 찾아온 사람에게는 대개 누진 렌즈가 가장 좋은 솔루션입니다. 누진 렌즈에는 다양한 도수가 들어간 교정부가 있어 근거리에서도 원거리에서도 선명한 시력을 제공합니다. 노안 교정에는 다초점 콘택트렌즈 및/혹은 누진 렌즈도 사용할 수 있습니다. 안경원에서는 시력검사를 통해 노안인지 알아내고 시력 교정에 필요한 안경이나 콘택트렌즈를 권장할 수 있습니다.

난시

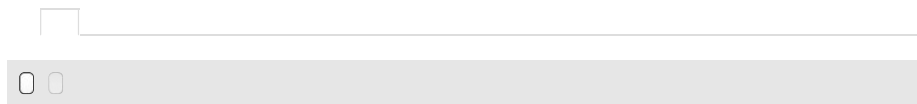
난시의 증상은 무엇일까요?

가까운 사물과 먼 사물이 왜곡되고 흐리게 보이고, 세부 특징을 알아볼 수 없고, 점형 광원이 작은 선이나 막대처럼 보입니다. 난시가 있으면 거리를 올바르게 판단하지 못하는 경우도 많습니다.

난시의 원인은 무엇일까요?

난시는 대개 유전성입니다. 각막이 다양한 방향으로 상이한 경사로 굽어, 시지각이 '불균일하게' 왜곡됩니다. 대부분의 경우 난시는 근시 혹은 원시와 함께 발생합니다.

난시안









난시는 어떻게 교정할까요?

난시는 안경, 콘택트렌즈, 혹은 수술로 교정할 수 있습니다. 난시가 있으면 착용하는 안경에는 이른바 '실린더'가 들어 있습니다. 안경에 이러한 실린더가 들어 있는지 알고 싶으면 처방전을 보면 됩니다. 실린더는 'cyl'이라는 약자로 표시되어 있습니다. 실린더는 흐린 상을 보정하여 정상 시력을 되찾아 줍니다. 난시의 종류에 따라 소프트 콘택트렌즈나 하드 콘택트렌즈, 이른바 '토릭 콘택트렌즈' 착용도 가능합니다. 토릭 콘택트렌즈에도 굽은 각막 표면을 보정하는 실린더가 들어 있습니다. 토릭 콘택트렌즈는 '난시 콘택트렌즈' 혹은 '실린더 콘택트렌즈'라고도 합니다. 이 경우에도 안경원에서는 최적의 시력 보호 솔루션을 제공하는 데 필요한 전문 지식과 장비를 갖추고 있습니다. 안경이나 콘택트렌즈로 시력 장애를 교정할 수 없으면, 수술로 난시를 교정할 수 있습니다. 안과 병원에서는 진단 결과에 따라 최적의 수술을 권장할 수 있습니다.

자이스 온라인 시력검사
명암과 색상을 얼마나 잘 인식하세요? 여기에서
빠르고 간단하게 시력을 체크하세요!

지금 시력검사를 시작하세요!

디지털 기기로 인한 눈 피로



디지털 기기로 인한 눈 피로의 증상은 무엇일까요?

디지털 기기로 인한 눈 피로, 일명 '컴퓨터 화면 증후군'은 특히 30세가 넘으면서부터 디지털 기

기를 사용하는 동안이나 사용한 이후에 두통과 목 통증, 화끈거리거나 피로한 눈 등의 증상을 보입니다.

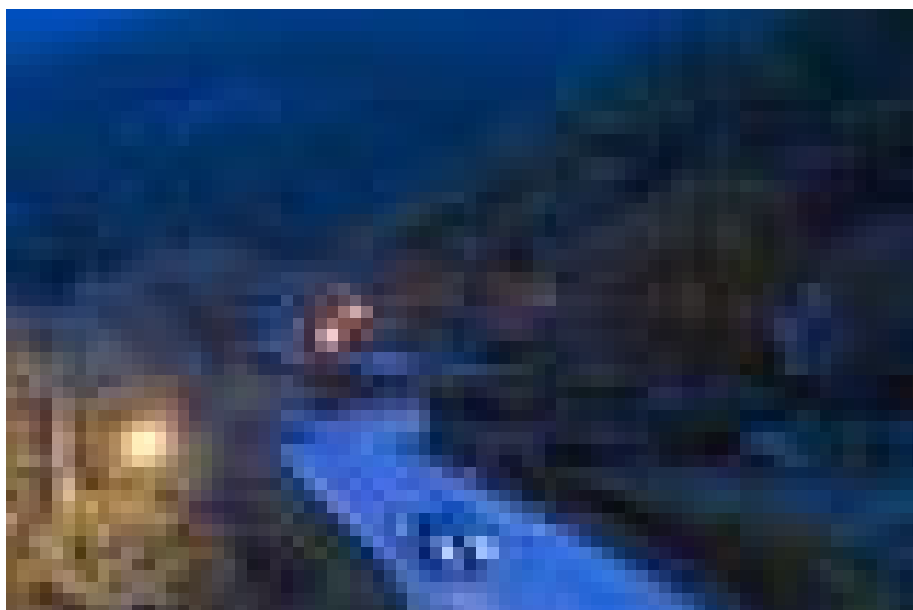
디지털 기기로 인한 눈 피로의 원인은 무엇일까요?

디지털 기술(스마트폰, e-리더, 태블릿 등) 이용은 눈에 매우 부담을 줍니다. 디지털 기기를 볼 때는 책을 볼 때보다 시거리가 훨씬 짧습니다. 또한 순식간에 원거리에서 근거리로 시선을 옮겨 깨알 같은 글씨로 정보가 뱅뱅이 적힌 화면을 보다가 다시 원거리를 바라보아야 합니다. 이는 모양체근과 수정체를 매우 피로하게 합니다. 여러 시거리에 계속 적응하여 상이 선명하게 맺히도록 해야 하기 때문입니다.

디지털 기기로 인한 눈 피로는 어떻게 해결할까요?

디지털 기기로 인한 눈 피로를 겪는 사람에게는 자이스 디지털 렌즈와 같이 근거리에서 눈을 특별히 지원하는 원거리 렌즈가 솔루션이 될 수 있습니다. 자이스의 프리시전 누진 렌즈에도 이러한 기술이 기본으로 적용되어 있습니다. 자이스의 디지털 렌즈와 프리시전 누진 렌즈는 e-리더와 스마트폰 등의 디지털 기기용으로 특별히 개발되었습니다. 근용부를 특별히 최적화하여 디지털 기기를 볼 때 필요한 전형적인 눈 움직임과 더 짧은 시거리를 고려했습니다. 이 디자인은 모양체근을 최적으로 지원하여, 착용자가 근거리와 원거리에 초점을 맞추는 것을 쉽게 합니다.

운전 시 시력 문제



운전 시 눈 피로의 증상은 무엇일까요?

운전 시 선명하게 보려면 매우 피곤하게 느껴집니다. 밤이나 빛이 약한 곳이나 악천후에 운전하거나, 비에 젖은 도로의 반사광이나 마주 오는 차량의 헤드라이트를 받으며 차를 몰면 눈이 엄청나게 피로해집니다. 그리하여 운전 시 불안전감과 오랜 주행 후에 극도의 눈 피로가 느껴질 수 있습니다.

운전 중에는 도로, 내비게이션, 백미러, 사이드미러로 자주 시선을 전환합니다. 악천후나 빛이 약한 곳에서는 종종 시야에 장애가 생깁니다. 그뿐 아니라 마주 오는 차량의 헤드라이트, 가로

등, 비에 젖은 도로의 반사광이 성가시게 느껴집니다. 안경이 착용자의 눈에 최적으로 개인 맞춤형되어 있지 않으면 눈 피로는 더욱 심해집니다. 이러한 증상은 탈수, 잘못 조정된 자동차 시트, 에어컨이나 난방 팬 등의 소음으로 악화됩니다.

운전 시 눈 피로는 어떻게 최소화할까요?

단초점 렌즈와 누진 렌즈로 제공되는 자이스 드라이브세이프 렌즈 등의 특수한 운전용 렌즈는 시각 스트레스를 최소화할 수 있습니다. 자이스 드라이브세이프 렌즈 디자인은 운전자에게 특별히 필요한 시야를 고려합니다. 이 렌즈는 거리와 운전 상황을 더욱 신속히 파악하도록 도와주고, 야간 시력을 개선하며, 반사광으로 인한 성가심을 감소시키고, 운전자가 빠르고 손쉽게 주위 사물에 초점을 맞출 수 있게 해 줍니다.



이벤트

연락처

안경사 및 안 전문의용

A A A+

대한민국



경노아게 이해했나요?

여기서 빠르게 자신의 시력을 점검해 보세요.

- ✓ **증상:** 물건이 눈앞에 놓아야만 사물과 글이 선명히 보이나요?
원인: 근시일 수 있습니다.
- ✓ **증상:** 동료들이 선명히 보이지만 화면의 단어를 읽기가 어려운가요?
원인: 원시일 수 있습니다.
- ✓ **증상:** 점 형태의 광원이 동글게 보이는 게 아니라 길게 보이나요? 사물이 왜곡되어 보이나요? 가로등 불빛이 선명하지 않고 가닥가닥 풀어진 듯 보이나요?
원인: 난시일 수 있습니다.
- ✓ **증상:** 가까운 사물에서 먼 사물로, 먼 사물에서 가까운 사물로 시선을 옮기기가 어려운가요?
원인: 노안일 수 있습니다.
- ✓ **증상:** 가까이 있는 글을 읽을 때 흐려 보이나요? 선명히 보려면 책이나 스마트폰 등을 눈에서 멀리 떼어야 하나요?
원인: 노안일 수 있습니다.
- ✓ **증상:** 스마트폰을 자주 사용하나요? 저녁에는 눈이 화끈거리고, 종종 두통과 목 통증까지 느끼나요?
원인: 모양체근을 너무 혹사하여 디지털 기기로 인한 눈 피로가 생겼을 수 있습니다.
- ✓ **증상:** 도로 표지판을 더 이상 선명히 볼 수 없거나 운전 시 눈부심 때문에 성가시다고 느끼나요?
원인: 근시의 증상이거나, 운전으로 인한 눈 피로와 결합된 노안 때문일 수 있습니다.
- ✓ **증상:** 특히 밤에 운전하면 평소보다 더 피곤해지나요? 예전만큼 선명하게 보이지 않는다고 느끼나요?
원인: 운전 시 눈 피로일 가능성이 높습니다. 근시, 원시, 노안 등의 다양한 시력 장애가 이러한 눈 피로를 유발할 수 있습니다. 난시도 시력을 저하시킵니다.

나의 시력 프로파일

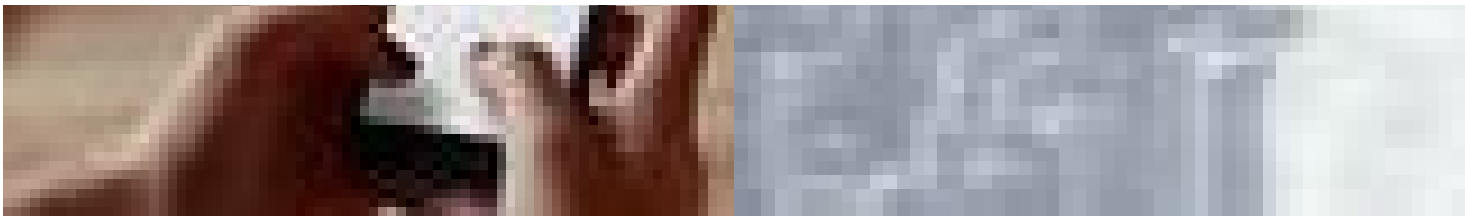
눈을 사용하는 나만의 독특한 습관을 알아보고 내게 맞는 자이스 안경 렌즈 찾기.

지금 나만의 시력 프로파일을 작성해 보세요!

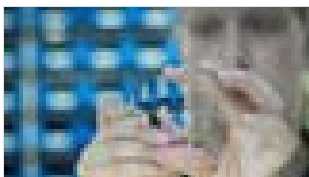
주변 지역의 자이스 패밀리 안경원 찾기

도로, 도시





관련 글



안경 렌즈는 어떻게 제조할까요?

자이스의 플라스틱 렌즈부터 유리 렌즈까지 - 안경 렌즈 생산에 관해 알고 싶었던 모든 것

시력의 이해 2018. 3. 28
태그:



적록색약, 적록색맹, 완전 색맹

색맹과 색약에는 어떤 종류가 있을까요? 색맹과 색약이 있는지 어떻게 알아낼 수 있을까요?

시력의 이해 2017. 11. 29
태그:



안경의 역사 '확대용 돌'에서 패션으로 진화하기까지

시력의 이해 2017. 11. 22
태그: , 누진다초점렌즈



장년층을 위한 시력 개선

사람들은 대개 40세 이후로 안경을 필요로 하게 됩니다. 누진 초점 렌즈로 정상 시력을 회복해 보십시오.

시력의 이해 2017. 10. 31
태그: 누진다초점렌즈

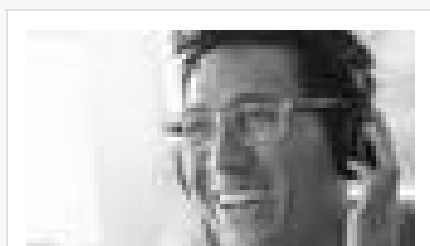
관련 제품



누진 렌즈

돋보기 없이도 모든 거리가 선명한 안경 렌즈

[추가 정보](#)



단초점 렌즈

가장 널리 사용되는 일반 안경 렌즈

[추가 정보](#)



디지털 렌즈

디지털 라이프에 최적의 일상용 안경 렌즈

[추가 정보](#)



탐색하기

시력의 이해
건강 + 예방

선택을 도와주세요

원용 + 독서용 안경
누진 렌즈

서비스

정품 확인
자이스 시력검사

안경사 및 안 전문의 포털

비즈니스 파트너를 선택할 때 눈을 크게 뜨고 살펴보세요

라이프스타일 + 패션
운전 + 기동성
스포츠 + 레저
직장 생활

선글라스
오피스 안경
스포츠 안경
어린이 안경
렌즈 코팅
콘택트렌즈
렌즈 세척
안경원에서

자이스 시력 프로파일
온라인 시력 검사

도구 + 기술
자이스 안경 렌즈
자이스 세척 솔루션
파트너넷
비주스토어