



Voici comment prendre soin de vos yeux si vous travaillez derrière un écran



Fatigue oculaire, irritations, démangeaisons, voici comment prendre soin de vos yeux si vous êtes souvent derrière un écran.

Johanna Arnoult
Istock / seb_ra

Vous ne pouvez rien y faire, vous êtes obligé d'être derrière votre écran à longueur de journée.

Lumière bleue, fatigue et sécheresse, vos yeux en voient de toutes les couleurs et commencent à vous faire souffrir, voire à rougir.

Cette exposition prolongée aux écrans peut être source d'inconfort et de douleur, mais peut aussi affecter vos yeux sur le long terme. S'il est important de faire plusieurs pauses loin des écrans durant la journée, et d'opter pour des lunettes anti lumières bleues, il est tout aussi recommandé de soulager vos yeux avec des produits de soins adaptés, qui vous aideront à supporter au mieux, vos heures passées derrière un ordinateur ou un smartphone. C'est là que les Laboratoires **Innox** interviennent.

À découvrir également :Quelles vitamines sont bénéfiques pour les yeux ?
T'as d' beaux yeux, tu sais

Si vous ne présentez aucune pathologie ophtalmique mais souffrez malgré tout d'inconfort oculaire, voici une solution rapide et efficace qui devrait pouvoir vous soulager.

Proposant des gouttes oculaires hydratantes en formule bleue, ou incolore pour les porteurs de lentilles, Les laboratoires **Innox** viennent en aide aux yeux les plus fragiles.

Spécialement conçues pour apaiser et soulager les yeux sensibilisés par les écrans, ces gouttes à base d'eau distillées florales, de camomille et de tréhalose, soulagent rapidement les sensations de sécheresse et d'inconfort, luttent contre la fatigue oculaire, et protègent la cornée en la lubrifiant sans l'agresser. Idéales en cas de rougeurs, picotements, démangeaisons ou vision trouble, les gouttes **Innox** sont tout aussi efficaces en cas d'exposition prolongée à la poussière, au vent et à la pollution, facteurs



pouvant aggraver les gênes oculaires passagères.

Douces avec les yeux, il est recommandé de les utiliser à raison de 2 gouttes dans chaque œil, et jusqu'à 4 fois par jour. Indispensables du quotidien de ceux qui sont très exposés aux écrans et à la poussière, on recommande ces gouttes les yeux fermés.



Gouttes formule bleue Innoxa, 10,30€

Cet article contient des liens affiliés pouvant faire l'objet d'une rémunération de la part de nos partenaires.

