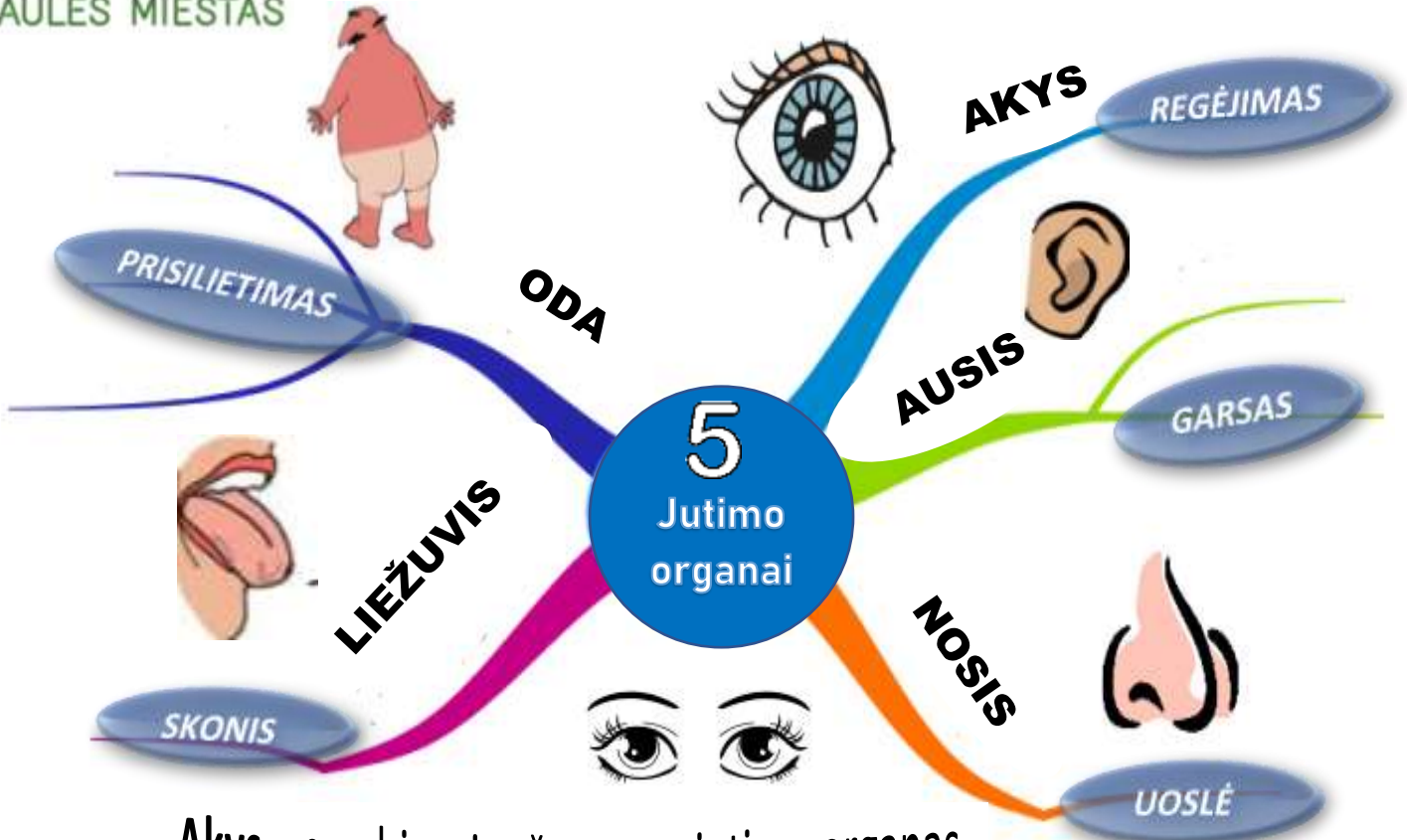


Aplinkos pažinimo būdai



Akys – svarbiausias žmogaus jutimo organas.

Pasaulį pažįstame tiesiogiai: užuosdami, ragaudami, girdėdami, matydami, lytėdami. Kiekvienas galime pasirūpinti savo akių sveikata – pakankamas miegas, aktyvus judėjimas lauke subalansuos visą organizmą, įkvėps kūrybiškumo ir naujų įdėjų.

Akių paraudimą, ašarojimą, ar niežulį dažniausiai priskiriame akių nuovargiui, bet tai gali būti

alergijos, arba sudirgintos akių gleivinės simptomai. Akių mankšta padės užkirsti kelią akių sutrikimams. Taip pat svarbu drėkinti akis.

AKIŲ MANKŠTA



AKIŲ DRĖKINIMAS

