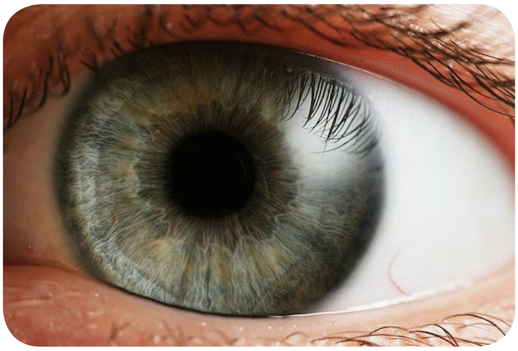
# ආලෝකය සහ දෘෂ්ටි සංවර්ධනය

කුෂ්ලානි දමිත්රි විමලගුන

සෑම දිනකම අප බොහෝ දේ දකින්නෙමු. එය උදෑසන අවදි වූ මොහොතේ සිට රාත්‍රියේ නින්දට යන තුරුම සිදුවන්නකි. අප වටා පවතින සෑම දෙයක්ම අප දකිනුයේ ආලෝකය භාවිතයෙනි. කුඩා දරුවන් ක්‍රේයොන් කූරු ආධාරයෙන් ඇඳි චිත්‍ර, චිත්‍රශිල්පියකු තෙල් තීන්ත භාවිතයෙන් ඇඳි මනරම් චිත්‍ර නිර්මාණයන්, පරිගණක ආධාරයෙන් ඇඳි සුළිමය සටහනක්, ඉතා ප්‍රසන්න ලෙස හිරු බැසයාමක්, කඩා වැටෙන තරු ගොන්නක්, නිල් පැහැ අහසක්, අහසේ පෑයූ දේදුන්නක් වැනි දර්ශන අප සතුටට පත්කිරීමට සමත්ය. අන්‍යයන් ඉදිරියේ අපගේ පෙනුම යහපත් බව සහතික කිරීමට කැඩපත් පිහිට පතන අප අපගේ සතුට සහ ස්තුතිය ප්‍රකාශ කිරීම සඳහා දීප්තියෙන් බැබළෙන මැණික් ගල් තිළිණ කරන්නෙමු. මේ සඳහන් කළ ඕනෑම දෙයක් දකින විට ඒ කිසිවක් අප හා සෘජුව සම්බන්ධ නොමැති බව සිහිපත් කිරීමට අප මොහොතක්වත් ගත කළේද? ඇත්ත වශයෙන්ම නම් අප දකිනුයේ ආලෝකයය. දුරක හෝ ළඟක හෝ පිහිටි වස්තුවකින් බැහැර වන අපගේ ඇස්වෙත සමීප වූ ආලෝකය ඇස්වලට සත්‍ය වශයෙන්ම දැකිය හැකිවන්නේ ආලෝකය පමණය. අද අප දකින විදියට යම් යම් දේ එසේ දකින්නේ කුමක් නිසාද යන්න අවබෝධ කර ගැනීමට නම් ආලෝකයේ භෞතිකය පිළිබඳව යමක් ඉගෙනීම යහපත්ය. ඒ අපගේ ඇස තුළට ඇතුළුවන්නේත් අපට යමක් දැකීමට සලස්වන්නේත් ආලෝකය නිසාය.



## දෘෂ්ටිය සඳහා වන කාර්යභාරය

මෙහි ඇති යථාර්ථය නම් ආලෝකය නොමැතිනම් එතැන දෘෂ්ටියක්ද නොමැතිබවය. මිනිසුන් සහ වෙනත් සතුන් සතු දෘෂ්ටිමය හැකියාව ආලෝකය, ඇස සහ මොළය සම්බන්ධවන සංකීර්ණ අන්තර්ක්‍රියාවක ප්‍රතිඵලයකි. අපට දැකීමට හැකිව ඇත්තේ වස්තුවකින් නිකුත්වන ආලෝකය අවකාශය හරහා ගමන්කර අපගේ ඇස්කරා සමීප වන නිසාය. ආලෝකය අපගේ ඇස්වෙත සමීප වූ විට, මොළය වෙත සංඥා යැවීමක් සිදුවෙයි. මොළය එම සංඥා විකේතනය කර අප දකින වස්තුවේ හැඩය, එය පවතින ස්ථානය, එහි සංචලනය ආදිය සොයාගනියි. මෙම මුළු ක්‍රියාවලියම ඉතා සංකීර්ණය. ආලෝකය නොතිබෙන්නට එය කෙසේවත් සිදුනොවනු ඇත. ආලෝකය නොමැති තුන දෘෂ්ටියද නොමැතිය.

ඔබගේ කාමරයේ විදුලි පහන මොහොතකට නිවා දමා සියලු ජනෙල්වල කළු කඩදාසිය අලවා කිසිදු ආලෝකයක් ඇතුළු නොවන තත්වයකට පත්කළහොත් කාමරයේ පවතින කිසිම දෙයක් දෘශ්‍යමාන නොවන බවක් ඔබට දැනෙනු ඇත. එම කාමරය තුළ අපට දැකීමට හැකිවන වස්තු තිබෙනවා විය හැකිය. එසේම මෙම වස්තුවලින් නිකුත්වෙන ආලෝකය සොයාගත හැකි ඇස් අප සතුව තිබිය හැකිය. ඇස් හරහා එයට එන තොරතුරු විකේතනය කළ හැකි මොළය අප තුළ පවතිනවා විය හැකිය. එහෙත් එහි ආලෝකය නොමැත. කාමරය සහ එතුළ ඇති සෑම දෙයක්ම අඳුරෙන් වැසී ඇත. කලුවර තිබීමම එහි ආලෝකය නොමැති බව හඟවන ලක්ෂණයකි. විවිධ ද්‍රව්‍ය හා වස්තූන්ගෙන් පිරි කාමරයක් (මේසයක්, කමිසයක් හෝ අහස පවා) කලු පැහැයෙන් පෙනේ. ඒ එම ද්‍රව්‍ය වලින් ආලෝකය උත්පාදනය කර හෝ පරාවර්තනය කර හෝ අපගේ ඇස් කරා එවනු නොලබන බැවිනි. එහෙයින් ආලෝකය නොමැති තැන දෘෂ්ටිය නොමැතිය.

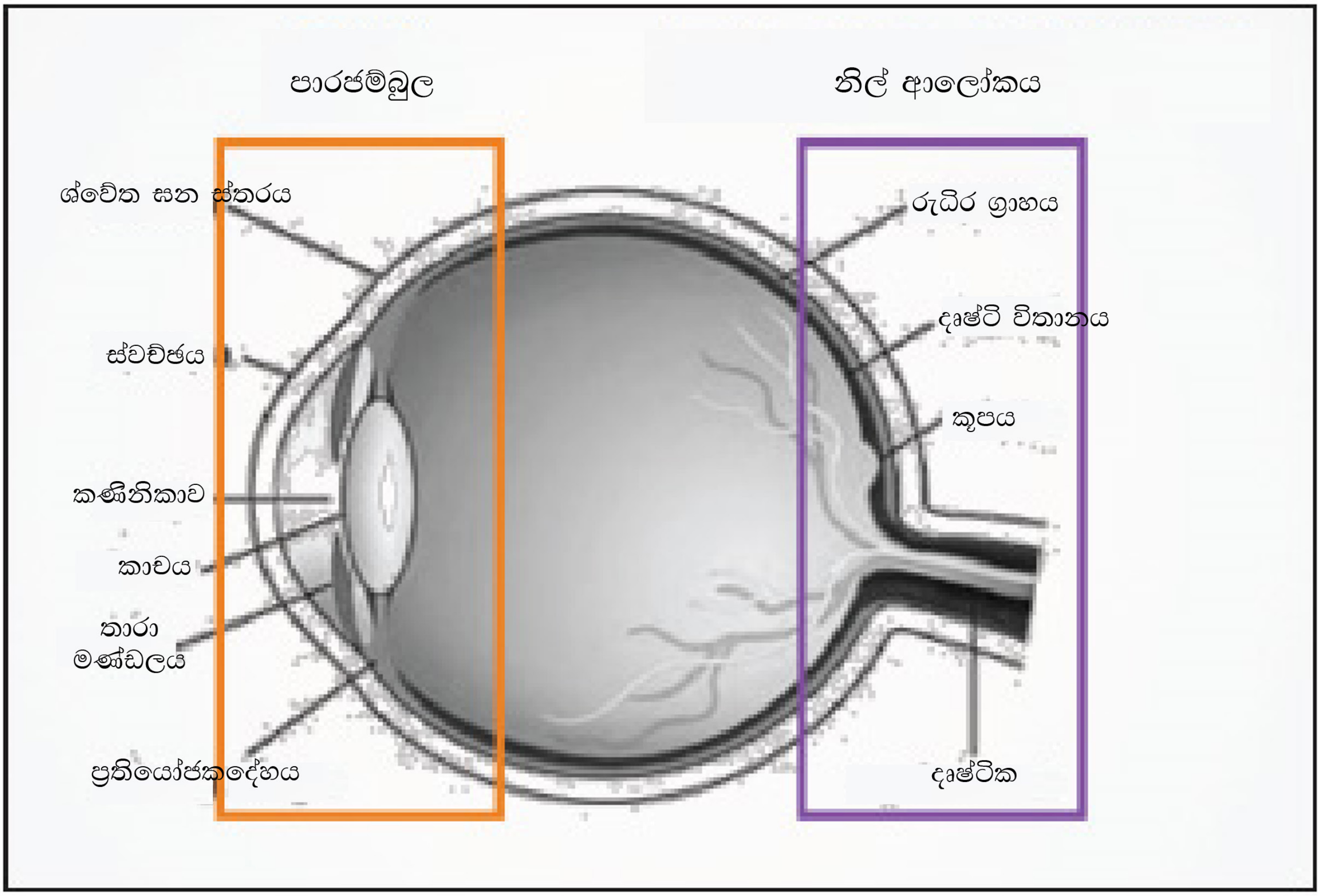
දැන් අප ඉදිරියේ ප්‍රශ්නයක් ඇත. ආලෝකය යනු කුමක්ද. එයට දිය හැකි සරල පිළිතුරක්ද ඇත. එනම් ආලෝකය යනු ශක්තිය යන්නය. එම පිළිතුර හරියටම "ස්ටීම් වෝ ක්‍රිකට් ක්‍රීඩකයෙකි" යයි කීම හා සමාන වූවකි. එසේනම් ඔබ ආලෝකය නිර්වචනය කරන්නේ කෙසේද.?

ආලෝකය දෘෂ්ටිය ලබා දෙන නිසා මිනිස් ජීවිත කාලය තුළ ආලෝකයට වැඩිපුර නිරාවරණය වීම ඇසට හානි ඇතිකිරීමට සමත්වෙයි. කෙසේවෙතත් අපගේ ස්වාභාවික පරිසරය තුළ

ස්වාභාවික මෙන්ම මිනිසා නිර්මාණය කළ ආලෝකයෙහිද පවතින හානිකර කොටස්වන්නේ විද්‍යුත් චුම්බක වර්ණාවලියේ පාරජම්බුල A (නැනෝමීටර් 315 සිට නැනෝමීටර් 400 දක්වා,) පාරජම්බුල B (නැනෝමීටර් 280 සිට නැනෝමීටර් 315) සහ දෘශ්‍යමාන වර්ණාවලියේ නැනෝමීටර් 280ට අඩු පාරජම්බුල විකිරණ නිල් ආලෝක (නැනෝමීටර් 380 සිට නැනෝමීටර් 506 දක්වා) යන කොටස්ය. මෙයට අමතරව ඇසේ ස්වච්ඡය සහ ස්ඵටිකමය කාචය, ස්වාභාවයේදී අඩු තරමින් අර්ධ වශයෙන් හෝ ප්‍රකාශ රසායනික විය හැකි නිසා මෙම හානිකර බලපෑම් ස්වාභාවිකවම එකතුවී කෙනෙකුගේ ජීවිතකාලය තුළදී සංයුක්ත විය හැකිය.

ආලෝකය නිසා ඇසට සිදුවිය හැකි අනතුරු  අනුව පාරජම්බුල ආලෝක ඇසේ ඉදිරිපස ක්‍රියාවන්ට හානි කරයි. නිල් ආලෝකය ඇසේ පසුපස කොටස් වලට හානිකරයි.

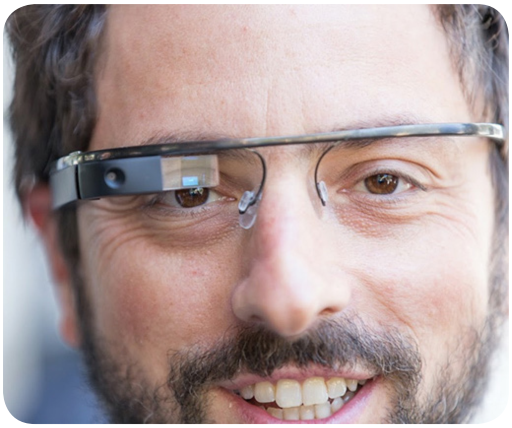
එල්.ඊ.ඩී.ආලෝක, සී.එෆ්.එල්,ආලෝක) මුහුණ දෙන අතරම එයට "ටැබ්ලට්" පරිගණක, රූපවාහිනි හා පරිගණක තිර සහ බුහුටි දුරකථන ආදිය භාවිතයද එක්වීමත් සමගම නිල් දම් ආලෝකයට පාත්‍රවන ප්‍රමාණය ඉහළ ගොස් ඇති බවට වාදයක් නොමැත. නිල් දම් ආලෝකයට මෙසේ නිරන්තර හා සංයුක්ත වශයෙන් පාත්‍රවීම නිසා ඇසේ දෘෂ්ටි විතානයේ සෛලවලට හානි සිදුකරන අතරම එය ක්‍රමයෙන් තීව්‍ර මැකියුලා පරිහානිය තත්වය දක්වා වර්ධනය වියහැකිය.




**අලෝකය නිසා ඇසට සිදුවන අනතුරු: පාරජම්බුල ආලෝකය ඇසේ ඉදිරිපසටද නිල් ආලෝකය ඇසේ පසුපසටද හානිකරයි**

පාරජම්බුල විකිරණ සියල්ලම පාහේ අවශෝෂණය කිරීමද සිදුවෙයි. පාරජම්බුල විකිරණ පූර්ව ඇසටද කෙටි දෘෂ්‍යමාන ආලෝකය (නිල් ආලෝකය) දෘෂ්ටිවිතානයෙහි ව්‍යුහයන්ටද හානි කිරීමට සමත්විය. එසේම හානිකරන ක්‍රියාවලිය මෙම අධ්‍යනයේ අංගයක් වශයෙන් සොයාගත් නිල් දම් පැහැ ආලෝකය දෘශ්‍ය ආලෝකයේ මි.මි. 40 කලාපයේ පිහිටන අතර දෘෂ්ඨි විතානයේ සෛල වැඩි සංඛ්‍යාවක් විනාශ කිරීමට සමත්වෙයි. කාලයත් සමග අපගේ ඇස් නිල් දම් ආලෝකය විහිදුවන ආලෝක මූලාශ්‍රයන්ට (උදා: හිරු එළිය, බලශක්තිය ඉතිරිකිරීම සඳහා වර්තමානයේ යොදාගන්නා ආලෝක තාක්ෂණයන් මගින් විමෝචනය කරන ආලෝකය (උදා: එල්.ඊ.ඩී. සහ සී.එෆ්.එල්. ආදී) මට්ටම ඉතා ඉහළය. උදාහරණය ලෙස සී.එෆ්.එල්., සුදු එල්.ඊ.ඩී. මෙන්ම හිරු එළියෙන් පවා නිල් ආලෝක වර්ණාවලියේ

අනෙක් ආලෝක සමග සන්සන්දනය කරන විට, ඉහළ මට්ටමක නිල් දම් ආලෝකයේ හානිකර කලාපවලින් අපගේ ඇස් ආරක්ෂා කරගැනීමේ අවශ්‍යතාවය මතුවෙයි.



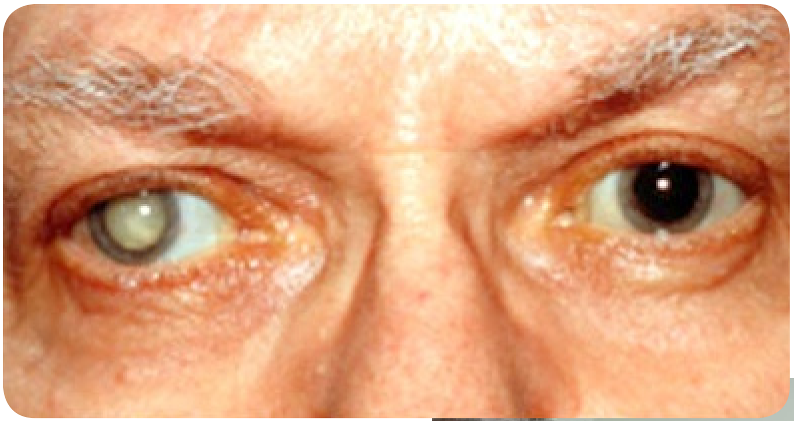
## මිනිස් දෘෂ්ටිය දියුණු කිරීමට උදව්වී ඇති නව තාක්ෂණ

තවත් දියුණුකිරීම් සිදුකිරීම සඳහා පර්යේෂණ මට්ටමේ පවතින දෘෂ්ටිය දියුණු කිරීම අරමුණු කරගත් නව තාක්ෂණ කිහිපයක් මෙසේය.

- කෘත්‍රිම (බයෝනික්) ඇස
- ගූගල් ස්පෙක්ස්
- දෘෂ්ටිය දියුණු කිරීම සඳහා සවිකරන දෘෂ්ටි විතාන ඉම්ප්ලාන්ට්/මොළයෙහි ඉම්ප්ලාන්ට්

මෙයට අමතරව දෘෂ්ටිය යළි පිහිටුවීම සඳහා ප්‍රායෝගිකව ප්‍රයෝජනවත් විය හැකි, ලෝකය පුරා දනට කෙරෙන ව්‍යවහාරද පවතියි.

1. දෘෂ්ටි චිකිත්සාව
2. තීව්‍ර දෘෂ්ටිවිතාන මැකියුලා පරිහානි සහ තිමිරය (ඇසේ සුද) සඳහා යොදාගැනෙන විශේෂිත කාච



## පාරජම්බුල සහ නිල් දම් ආලෝකයන් ආරක්ෂාව

අපට හානිකර නිල් කිරණ ආලෝකය අවහිර කරන ගමන්ම, හිතකර නිල් ආලෝකයට විනිවිද පැමිණ අපගේ ඇස් තුළට ඇතුළු වියහැක්කේ කෙසේද? එසිලර් සහ පැරිස් විෂන් ආයතනය තැබූ ඉලක්කය වූයේ පාරජම්බුල මෙන්ම හානිකර නිල් දම් පැහැ ආලෝකයද අවහිර කරන අතරම නිල් මැණික් පැහැ ආලෝකය සහ දිගු තරංග ආයාමයකින් යුත් ආලෝකයන්ට එතුළින් ගමන් කිරීමට සලස්වන වරණමය හැකියාවක් සහිත ආලෝක පෙරහනයක් හෝ කාචයක් හෝ සොයාගැනීමය. ඒ සඳහා ඔවුහු එය ලක්ෂණ තුනකින් සමන්විත දිලිසීමකින් තොර පේටන්ට් බලපත්‍ර හිමිකරගත් "ලයිට් ස්කෑන්" නම් තාක්ෂණයක් ඔස්සේය. එම ලක්ෂණ තුන මෙසේය.

**1.** එය හානිකර නිල් දම් ආලෝකය සහ පාරජම්බුල ආලෝකය වරණාමය පෙරීමට ලක් කිරීමට සමත්වීම.

**2.** නිල් පැහැ ආලෝකය සහ අනෙකුත් ප්‍රයෝජනවත් දෘශ්‍යමාන ආලෝකයට එතුළින් ගමන් කිරීමට ඉඩ සැලසීම.

**3.** කාචයෙහි පැහැදිලිබව විශිෂ්ඨ තත්වයකට පත්කරයාන් සහ වර්ණ විකෘතිතා ඇති නොකිරීම. මේ ගුණ කාචයට ලබාදෙමින් එහි පාරදෘශ්‍ය බව විශිෂ්ඨ මට්ටමකින් පවත්වාගැනීම වශයෙනි.

ඔවුන්ගේ කාර්යය නිමාවූයේ ඉදිරිපස මෙන්ම පසුපසද ආරක්ෂිත වූ කාචයක් ලබාදීමෙන් පසුවය. කාචයේ ඉදිරිපස පාරජම්බුල ආලෝකය මෙන්ම නිල් ආලෝකයෙන් සියයට 20 ක් පමණද අපගමනම කිරීම තුළින් හානිකර කිරණ ඉවතට අපගමනය කිරීමක් සිදුකරයි. කාචයේ පසුපස පෙදෙසින් පාරජම්බුල ආලෝකය වැඩි වශයෙන්ම සැපයී කාචයේ පසු පෘෂ්ඨයෙන් පැමිණෙන පරාවර්තනීය දිලිසීමෙන්ද රෝගියාට ආරක්ෂාව සලසාලයි. සම්ප්‍රදායික නිල් ආලෝක අවහිරකයන් මගින් ඔබට දර්ශනීය හිරු බැස යාම් දක්විය හැකිය. එහෙත් ඔබට අවශ්‍යවන්නේ එවැන්නක් නොවේ. එයට වර්ණ විකෘතිවීම් අවශ්‍ය නොවේ. ඔබට අවශ්‍යව ඇත්තේ ස්වාභාවික වර්ණ දක්වීමය. සම්ප්‍රදායික නිල් ආලෝක අවහිරයෙන් නිල් ආලෝක වර්ණාවලියට වෙනස්කම් නොකරයි. ඒවා සියලුම නිල් ආලෝක අවහිර කරයි. නව කාච තාක්ෂණය වසර 4කට වැඩි කාලයක් රසායනාගාර තුළ සිදුකළ අධ්‍යයන පදනම් කර සැකසී ඇත. මෙම අධ්‍යයන සිදුකරනු ලැබුයේ ඉහළම මට්ටමේ විද්‍යාඥයන් සහ වෛද්‍ය විශාරදයන් කණ්ඩායමක් මගිනි. එම අධ්‍යයන

තුළින් ඔවුන් සොයාගත් ඉතා වැදගත් දත්ත මගින් අවහිර කළ යුතු ආලෝක කවරේද ඇස වෙත ලඟාවිය යුතු ආලෝක කවරේද යන්න නිගමනය කළ හැකිවිය. එහෙයින් බෙහෙවින් වරණීය වූ නිශ්චිත ආලෝකයක් ලබාදීමට නවතම සැලසුම් කිරීම්වලට හැකියාව ලැබී ඇත.

වැඩිපුරම ආරක්ෂාව ලැබීම අවශ්‍යව ඇත්තේ කාහටද? සුදු ආලෝකය විමෝචනය කරන එල්.ඊ.ඩී. හෝ ප්‍රතිදීප්ත බුබුළු සහිත කාර්යාලවල හෝ නිවෙස්වල වෙසෙන අය, එල්.ඊ.ඩී. පරිගණක තිර, ටැබ්ලට් පරිගණක බුහුටි දුරකථන ආදියට බහුලව නිරාවරණය වන සහ තිව්‍ර මැකියුලා පරිහානිය ඇතිවීමේ අවදානමක් පවතින විශේෂයේම ඒ සඳහා අධි අවදානමක් පවතින අය (එම රෝගය සඳහා පවුල් ඉතිහාසයක්) සහ දුම්පානය කරන අය ආදිහුය. හානිකර නිල් ආලෝකය විමසමින් ඒවා අවහිර කිරීමටත් සෞඛ්‍යමත් නිල් ආලෝකය රැක ගැනීමටත් හැකි මාර්ග පැමිණීමත් ඒ සඳහා වන තාක්ෂණ සොයා ගැනීමට බොහෝ සමාගම් වෙහෙසෙමින් සිටිති.

නිල් ආලෝක අවහිරකරණය දැනටමත් සපයන දෘෂ්ටික සමාගම් අතර නිකෝන් (සී කෝට් බදු) එසිලර් (ක්‍රිසල් ප්‍රිවෙන්ෂියා) පී.එන්.ජී ග්ලෝබල් (අයි බලූ කෝට්) හොයා (රිචාජ්) වී.එස්.පී. (යුනිට් බ්ලූ ටෙක්) සහ ස්පයි ඔප්ටික් ඉන්ක් (හැපි ලෙන්ස්) ආදිය වෙයි. තමන් දැනටමත් දෛනික වශයෙන් ඇස් සුරක්ෂිත කරගැනීමේ යෙදෙන්නේද යන්න පළමුව අප රෝගියාගෙන් විමසිය යුතුය එසේම මැකියුලා පරිහානිය පිළිබඳ යම් පවුල් ඉතිහාසයක් තිබේද. දවසේ කොපමණ වේලාවක් ඩිජිටල් උපකරණ හෝ පරිගණක හෝ ඉදිරියේ ගත කරන්නේද ආදී ප්‍රශ්නද විමසිය යුතුය. එසේම රෝගියා දැනටමත් සිය ඇස් පාරජම්බුල ආලෝකයෙන් ආරක්ෂා කරගැනීමට පියවරගෙන තිබේද යන්න විමසිය යුතුය. නව තාක්ෂණය ඉදිරියට පරිණාමය වීමත් සමගම ඉහත ප්‍රශ්නවලට පිළිතුරු සෙවීම අවශ්‍යම වේ.

## දෘෂ්ටික චිකිත්සාව

හීනදෘෂ්ටිකතාව හෙවත් "අලස ඇස්" යනු ළමා වියේදී දක්නට ලැබෙන සුලබ රෝග තත්වයකි. එය එක් ඇසක මෙන්ම ඇස් දෙකේම හෝ පවතින පෙනීමේ දෝෂ සහගත තත්වයක් ලෙස නිර්වචනය කෙරේ. මෙම තත්වයට හේතුව ලෙස සැලකෙනුයේ දෘෂ්ටියේ ස්නායුමය මාර්ගයන්හි ඇතිවූ ව්‍යවච්ඡේදීය දෝෂයක් වශයෙනි. උපැස් යුවළක් පැළඳීම මගින් මෙම තත්වය ඉක්මනින් සුවපත් කළ නොහැක.

හීනදෘෂ්ටිකතාව ළමාවියේ මුල් කාලයේදී (ළදරු වියේ සිට වයස අවුරුදු 12 තෙක් සහ සමහර විට ඊටත් පසුව) වර්ධනය වන්නේ දෘෂ්ටික අවශ්‍යතා නිවැරදි නොකිරීම නිසා නොවේ. මෙම වයස්වලදී එය යථාතත්වයට පත් කළ හැකි අතර එහෙත් නිසි පිළියම් නොකළහොත් එය ස්ථිර දෘෂ්ටි හානියක් ලෙස වැඩිහිටි විය දක්වා පැවතීමට පුලුවන. හීනදෘෂ්ටිකතාව හා ආශ්‍රිත සුලබ සාධක අතර වපරය, ඇස් යුගළ අතර වර්තන දෝෂ පැවතීම තිමිරය හා වාතය වැනි උත්තේජ අහිමිකරවන තත්වයක් පවතියි. ළමයාගේ එක් ඇසක පෙනීම යහපත්ව පැවතීම නිසා පෙනීම අහිතකර අනෙක් ඇසේ ඇතිවන ඒකාංශික වර්තන හීන දෘෂ්ටිකතාව වසර ගණනාවක් යනතුරු නොදැන සිටීමට ඉඩ ඇත. පාසල් යන වයස දක්වාම මෙම දුර්වලතාව රෝග විනිශ්චය ලක් නොවී තිබීමට ඉඩ ඇත. ද්වී ආංශියික වර්තන හීනදෘෂ්ටිකතාව පෙන්වන මුල් අවස්ථාවේදීම පාහේ හඳුනාගැනීමට හැකිවෙයි. ඒ අනුව තම කිට්ටුවපාත සිදු කරන කාර්‍යයන්හීදී කරදරකාරී ලෙස හැසිරීම මෙන්ම තමන්ගේ පෙනීම අඩුවූ හෝ බොඳවූ හෝ බවක් පැමිණිලි කිරීම හේතුවෙයි. නූතන පර්යේෂණ මගින් වයස අවුරුදු 40ක් දක්වා වුව දියුණුවක් ලබාගත හැකි බව පෙන්නුම් කළද හීනදෘෂ්ටිකතාවයට නිවැරදි කිරීම කළ යුතු හොඳම කාලය ළදරු කාලය සහ මුල් ළමාවිය ලෙස සැලකෙයි. හීනදෘෂ්ටිකතාවයට ලක්වූ ඇසෙහි දෘෂ්ටිය හැකි පමණ නිර්වද්‍ය තත්වයට පත් කිරීම ප්‍රතිකාරයෙහි අරමුණය. මුල් ප්‍රතිකාරය වන්නේ උචිත අක්ෂි බලයක් සහිත උපැස්

යුවලක් සෑමවිටම පැළඳීමය. ඉන්පසුව බොහෝවිටකරනු ලබන ප්‍රතිකාරය වනුයේ හීනදෘෂ්ටිකතාවය සහිත ඇසෙහි භාවිතය ප්‍රවර්ධනය කරමින් යහපත් දෘෂ්ටිය සහිත ඇසේ භාවිතය සීමා කිරීමට පියවර ගැනීමය. ඉන් ඉක්බිතිව අක්ෂි චිකිත්සකයෙකු විසින් පරිගණකය මගින් මෙහෙයවන යම් දෘෂ්ටි චිකිත්සක ශිල්පක්‍රම භාවිතයක් සිදුවෙයි. ප්‍රතිකාර සඳහා භාවිත කෙරෙන විකල්ප අතර යහපත් ඇස සඳහා පූර්ණ අධිධාරණය, අර්ධ අධිධාරණය සහ සයික්ලොප්ලොජික් ඖෂධ භාවිතය මෙන්ම අනෙකුත් අක්ෂි චිකිත්සක ශිල්ප ක්‍රමද අන්තර්ගතය. අධිධරණ චිකිත්සාව පළමුවෙන්ම විස්තර කරනු ලැබුයේ වර්ෂ 1977 දීය. එහිදී පාරාන්ධ උපහානයක් භාවිත කර (අණ්ඩයක්) හීනදෘෂ්ටිකතාව නොමැති ඇසට උපහානයක් යොදා උපනැගීමක් සිදුකරනු ලබයි. ශතවර්ෂ ගණනාවක් මුලුල්ලේ භාවිත කරන ලද තවත් ප්‍රතිකර්මයක් වූයේ පෙනීම යහපත් ඇසෙහි ලඟ පෙනීමේ ක්‍රියාවලිය සිදුකිරීම සඳහා එම ඇසට ඇට්‍රොපීන් සල්පේට් (දිගු ක්‍රියාකාරීත්වයක් සහිත මතුපිටින් යොදන සයික්ලොප්ලේජික් කාරකයකි.) ස්ථාපනය කිරීමය එමගින් හීනදෘෂ්ටිකතාව සහිත ඇස භාවිතා කිරීමට පෙළඹවීමක් සිදුකරයි. කෙසේවෙතත් දිනකට උපහානය යෙදීම සිදුකළ යුතු පැය ගණන පිළිබඳව මෙන්ම ඇට්‍රොපින් සල්පේට් යෙදීම කළයුතු කාලය ලෙස සිදුකළ යුතු නිර්දේශ පිළිබඳ විවිධ මතභේද පවතියි.

දෘෂ්ටි චිකිත්සාව ශ්‍රී ලංකාව තුළ ආරම්භ කිරීමට දූනට පියවර ගෙන ඇත්තේ එක් දෘෂ්ටි සමාගමක් (වික්‍රමාරච්චි සමාගම) පවසනුයේ ළමාවියේ ඇතිවන යළි ප්‍රකෘතිමත් කළ හැකි අන්ධතාවය දුරැලීම දක්ම කරගත් මෙහෙවරක් තමන්ට පවත්නා බවය.

අවසාන වශයෙන් කිව යුත්තේ ඔබගේ ඇස් ආරක්ෂා කරගන්න අව්කන්නාඩි පළඳින විට පාරජම්බුල ආරක්ෂාව සහිත නිසි කණ්නාඩියක් පළඳින්න. ඇසේ බලය හා සම්බන්ධ තත්වයක් නිවැරදි කරගැනීම සඳහා නිවැරදි අව්කණ්නාඩි පැළඳීමට අදිමදි නොකරන්න.

ඔබ සතු සත්‍යම වූ වස්තුව ඔබගේ ඇස්ය. එය ඔබට සිහිපත්වනුයේ තාවකාලික වශයෙන් හෝ නෙත් පියාගෙන සිටින විටදීය.

**කුෂ්ලානි දමිත්රි විමලගුන**

**"මා ඔබට කැමතියි. ඔබගේ ඇස් බොහෝ දේ කථාකරයි."**
**-ඈනී සෙක්ටන්-**