

Pourquoi vos lunettes deviennent embuées et comment y remédier

L'humidité n'est qu'un des nombreux facteurs qui peuvent causer la buée de vos lunettes. Voici ce qui cause la buée et comment y remédier.

Luke Daugherty Contributeur :



Les lunettes ont une tâche simple: vous aider à mieux voir.

Lorsque le brouillard se met en travers du chemin, ils font exactement le contraire.

Pour les plus de 166 millions d'Américains qui portent des [lunettes de prescription](#), les lunettes embuées sont une nuisance courante - parfois même un problème dangereux. Voici pourquoi cela se produit et ce que vous pouvez faire pour empêcher vos lunettes de s'embuer.

Pourquoi les lunettes s'embuent-elles?

Les verres embués sont le résultat de la [condensation](#), le processus chimique simple qui se produit lorsque la vapeur d'eau se refroidit suffisamment pour passer d'un gaz à son état liquide.

Cela peut se produire assez soudainement lorsqu'il y a une différence drastique entre la température d'une surface et l'air humide environnant.

Si vos lentilles sont froides et que vous entrez dans une zone chaude, de la condensation se produira lorsque l'air chaud touchera vos lunettes, comme [l'a rapporté la Cleveland Clinic](#).

Donc, si vous avez été dehors par une froide journée d'hiver et que vous entrez dans une pièce chauffée, vos lunettes pourraient s'embuer immédiatement.

La même chose peut se produire lorsque vous sortez de la climatisation dans l'air chaud et humide de l'été.

Pour beaucoup, le problème de la buée de lunettes est devenu particulièrement courant pendant la pandémie de COVID-19.

Les masques dirigent votre souffle chaud et humide vers le haut sur vos lunettes, et lorsque ces lunettes sont fraîches, vous êtes susceptible de voir du brouillard.



MarioGuti / Getty Images

6 façons d'éviter que vos lunettes ne s'embuent

Les lunettes brumeuses peuvent être plus qu'une simple distraction irritante.

S'ils se produisent au mauvais moment - lorsque vous vous préparez à descendre un escalier dans une entrée, par exemple - ils peuvent constituer un danger pour la sécurité. Heureusement, vous pouvez faire quelques choses pour désembuer rapidement vos lunettes ou même les empêcher de s'embuer en premier lieu.

- **Obtenez un revêtement antibrouillard sur vos lentilles:**

La plupart des fabricants de lunettes offrent la possibilité d'ajouter des revêtements à vos verres qui réduisent l'accumulation de buée et d'eau.

Si la buée de lunettes est un problème courant pour vous, assurez-vous que votre [prochaine paire](#) a cette fonctionnalité.

- **Traitez vos lentilles avec des produits antibuée :**

Il existe de nombreux sprays et [lingettes antibuée](#) sur le marché, et une application régulière peut aider à empêcher vos lunettes de s'embuer.

- **Utilisez [l'astuce de l'eau et du savon](#):**

C'est une alternative simple à l'achat de produits anti-buée.

Lavez simplement vos lentilles avec de l'eau et du savon, puis secouez l'excès de liquide et laissez les lentilles sécher avec une fine pellicule de savon dessus.

Cela n'entravera pas votre vision, mais empêchera le brouillard de se former. Assurez-vous de vérifier auprès de votre fabricant de lunettes pour vous assurer que le savon n'endommagera pas les revêtements de lentilles que vous avez.

- **Assurez-vous que vos lunettes ne sont pas trop serrées lorsque vous portez un masque:**

Si vous portez un masque, vous ne voulez pas que votre souffle chaud soit piégé derrière vos lentilles.

Pousser vos lunettes un peu plus loin dans votre nez et légèrement au-dessus de votre masque peut créer plus d'espace et permettre à l'air frais de circuler tout autour de vos lunettes, empêchant ainsi la formation de brouillard, selon Warby Parker.

- **Scellez fermement votre masque autour de votre nez:**

La meilleure chose que vous puissiez faire lorsque vous portez un masque est d'empêcher votre haleine de frapper vos lunettes.

Utilisez le fil flexible intégré sur votre masque ou du ruban adhésif pour créer un joint d'étanchéité autour de votre nez et empêcher l'air de s'échapper du haut de votre masque.

- **Gardez un chiffon de lentilles avec vous:**

Parfois, vous ne pouvez pas éviter que vos lunettes s'embuent, il est donc toujours bon d'avoir un chiffon de lentilles à portée de main pour les essuyer en un coup de poing.

Assurez-vous qu'il s'agit d'un chiffon en microfibre propre qui ne rayera pas vos lentilles.



Thais Almeida/Getty Images

Ce qu'il ne faut pas faire lorsque vos lunettes s'embuent

Comme pour toute autre nuisance quotidienne, les gens sont prompts à trouver leurs propres solutions à leurs lunettes embuées. Cependant, certaines de ces tactiques peuvent aggraver le problème ou même endommager vos lentilles.

Évitez d'utiliser l'un des remèdes suivants pour prévenir les lunettes embuées:

Dentifrice:

De nombreux dentifrices contiennent du bicarbonate de soude ou d'autres ingrédients abrasifs qui peuvent rayer vos lentilles.

- **Film de polyéthylène téréphtalate :**

Ces films antibuée ont été utilisés dans certains milieux de travail, mais des études ont montré qu'ils peuvent réellement [augmenter l'humidité et la formation de gouttelettes](#).

- **Désinfectant pour les mains:**

Bien que certaines études aient montré que les [désinfectants pour les mains peuvent prévenir la formation de buée sur les](#) lunettes de protection, l'alcool contenu dans ces produits peut endommager les revêtements protecteurs de nombreuses lunettes.

Ne laissez pas les lunettes embuées obscurcir votre vision

Les lunettes brumeuses peuvent vous arrêter dans votre élan ou vous mettre en danger. Si vous utilisez généralement des lunettes, il est important de savoir comment prévenir les verres embués ou résoudre rapidement le problème lorsqu'il survient.

Avec quelques produits antibuée, un bon chiffon en microfibre et des techniques appropriées pour porter un masque avec des lunettes, vous garderez le brouillard à distance et vous assurerez d'avoir toujours une vue dégagée.

Recherche et mise en page:

Michel Cloutier

CIVBDL

20230825

"C'est ensemble qu'on avance"