



# Proč mrkáme?



Mrkáme proto, že naše oči potřebují **ochranu a zvlhčení**.

Je za tím několik důvodů:

**Zvlhčení oka** - mrknutím rozetřeme slzy po oku, aby nevyschlo.

**Ochrana** - mrknutí rychle zavře oko a chrání ho před prachem nebo nečistotami.

**Odpočinek oka** - krátké zavření očí pomáhá očím si na chvíli odpočinout.

**Automatický reflex** - mrkáme většinou bez přemýšlení, samo od sebe.

Zkrátka: mrkáme, aby naše oči zůstaly vlhké, čisté a chráněné

