Многие пользователи, чья ежедневная деятельность завязана на беспрерывной работе с компьютером, в течение рабочего дня испытывают определенный дискомфорт, связанный с усталостью или даже болезненными ощущениями в глазах. Корень этой проблемы заложен в установленной цветовой температуре.

Как можно было заметить, при утреннем или дневном свете человеческие глаза довольно спокойно воспринимают синие тона, но в полусвете или в полной темноте такая гамма менее предпочтительна, нежели теплые оттенки. Естественно, корректировать настройки по нескольку раз за день — значит прервать работу. Но ведь есть отличная программка — f.lux (от англ. «постоянное движение, изменение»), которая будет самостоятельно настраивать гамму светового излучения монитора, путем перетекания из холодных дневных тонов к более теплым ночным.

Утилита на английском языке, но настройки там простые!

Если всё-же у Вас появятся вопросы по настройке программы пишите в комментариях. Обязательно более подробно расскажу!