

Rozmowa z rodzicem dziecka z wadą wzroku

Artykuł przygotowany w ramach kampanii „Epidemia krótkowzroczności u dzieci. Co rodzic musi wiedzieć?” prowadzonej przez Fundację Wspierania Rozwoju Okulistyki „Okulistyka 21”, finansowany przez Urząd Miasta Poznania.

Autorzy:

Prof. dr hab. med. Andrzej Grzybowski, Okulista dziecięcy, Prezes Fundacji „Okulistyka 21”

Mgr inż. Aleksandra Lemanik, Optometrystka, Fundacja Okulistyka 21

Więcej informacji na stronie: www.miopia.pl

Aleksandra Lemanik: Jest Pan rodzicem dziecka, które nosi okulary?

Szymon Wilkanowicz: Tak, córka ma problemy ze wzrokiem

Aleksandra Lemanik: Co spowodowało, że postanowił Pan umówić córkę do okulisty?

Szymon Wilkanowicz: Zaniepokoił się, gdy córka zaczęła siadać blisko telewizora, pozostałe dzieci siadały „normalnie”, natomiast najstarsza zdecydowanie regularnie brała krzesło i siadała bezpośrednio przed telewizorem. Córka też często nie mogła się skupić, znaleźć rzeczy, które leżały gdzieś niedaleko „z boku”, ale nie na wprost.

Aleksandra Lemanik: Ile lat miała córka, gdy zauważyliście Państwo te zachowania?

Szymon Wilkanowicz: 4 lata

Aleksandra Lemanik: Jakie były zalecenia okulisty?

Szymon Wilkanowicz: Pan doktor wytłumaczył nam jak wygląda rozwój wzroku dzieci, przebadał córkę i zalecił noszenie okularów

Aleksandra Lemanik: Czy córka od razu przyzwyczaiła się do noszenia okularów?

Szymon Wilkanowicz: Początkowo nie była zadowolona, ale nosiła, tylko niecały czas. Niestety przy kolejnej wizycie okazało się, że takie noszenie „z wyjątkami” nie dało poprawy. Dlatego jako rodzice bardziej się przyłożyliśmy, rozmawialiśmy z córką i przypominaliśmy. Na kolejnej wizycie było widać ewidentną poprawę – córka przyzwyczaiła się do okularów. Zauważyliśmy też, że znacznie zmniejszyło się jej „rozkojarzenie”. Teraz wiemy, że nie ma „wyjątków”, okulary muszą być i „już”

Aleksandra Lemanik: Co się poprawiło po tym jak córka zaczęła nosić okulary?

Szymon Wilkanowicz: Tak jak powiedziałem, córka miała problemy ze skupieniem, w przedszkolu też się to odbijało, teraz widać, gdzie był problem, wcześniej nie mogła się skupić i miała zaległości w nauce, teraz w okularach – nadrabia.

CZY WIESZ, ŻE...

jeśli oboje rodzice są krótkowzroczni to
 ryzyko wystąpienia krótkowzroczności
 u dziecka jest 3x większe niż
 u innych dzieci?!



Badanie wzroku dziecka

Jak powinno wyglądać badanie wzroku dziecka?

Bardzo ważne jest żeby każde badanie refrakcji dziecka powinno zostać przeprowadzone po pełnej cykloplegii w celu porażenia akomodacji. W tym celu konieczne jest kilkukrotne zakropienie (czasami nawet przez trzy kolejne dni), według zaleceń lekarza okulisty.

Gdzie badać dzieci?

W Polsce jedynymi uprawnionymi do badania wzroku dzieci i przepisywania korekcji okularowej są okuliści, szczególnie okuliści dziecięcy. Prof. Andrzej Grzybowski prowadzi na podstawie kontraktu z NFZ ogólnodostępną Poradnię Okulistyki dla Dzieci przy Ośrodku Szkolno - Wychowawczym dla Dzieci Niewidomych w Owińskach (plac Przemysława 9, rejestracja: 61 812 04 86). Specjalizuje się ona w diagnostyce i leczeniu krótkowzroczności. Przypominamy, że obecnie do odbycia wizyty w ramach świadczeń NFZ wymagane jest skierowanie od lekarza rodzinnego. Lista innych poradni okulistycznych dziecięcych dostępna jest na stronie NFZ.

Więcej informacji na stronie: www.miopia.pl oraz <https://www.facebook.com/okulistyka21>



OKULISTYKA 21
FUNDACJA WSPIERANIA ROZWOJU OKULISTYKI

POZnań*

Jak dzieci mogą bezpiecznie korzystać z urządzeń mobilnych

W zależności od wieku

- całkowity zakaz u dzieci poniżej 2 roku życia
- poniżej 1 godziny dziennie u dzieci w wieku 2-5 lat
- poniżej 2 godzin dziennie u dzieci w wieku 5-8 lat

Im dalej, tym lepiej

- bezpieczniejsze dla wzroku dzieci jest oglądanie bajek na telewizorze niż na smartfonie
- jeśli jednak korzystają ze smartfona to należy zachować odległość minimum 30 cm od oczu

Metoda 20/20/20

Co 20 minut oglądania bajek należy patrzeć przez 20 sekund na obiekt znajdujący w odległości 20 stóp czyli 6 metrów

Unikać korzystania z urządzeń mobilnych

- podczas spożywania posiłków
- przez co najmniej godzinę przed porą snu
- w celu wyciszenia, by dziecko zachowywało się grzecznie w miejscach publicznych