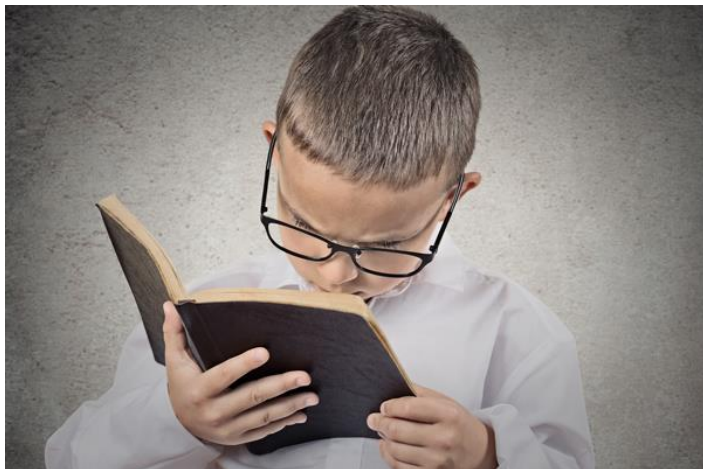


Близорукость (миопия) у детей дошкольного и школьного возраста



Разная форма близорукости наблюдается у трети населения планеты. В восточноазиатских странах признаки миопии имеют около 80 % людей в возрасте старше 18 лет. В США за последние 30 лет распространение патологии выросло с 25 до 42 %. По результатам исследований новосибирских ученых, количество школьников, имеющих миопию, возрастает в

процессе обучения с 12 до 55 %. Прогрессирующая детская близорукость, когда глаз растет в длину, приходится на возраст от 6 до 17 лет, иногда – от 5 до 21 года. Существует много эффективных средств лечения детской миопии, поэтому важно именно в период активного роста организма замедлить и остановить заболевание. Родителям школьников нужно следить, чтобы слабая близорукость у ребенка не прогрессировала и не перешла в миопию высокой степени, являющуюся одним из факторов инвалидности по зрению.

Школьная близорукость у детей и качество жизни

В последнее время специалисты отмечают тревожную тенденцию возрастания близорукости высокой степени с сопутствующими заболеваниями, которые грозят полной или частичной потерей зрительных функций. Однако стоит помнить, что и детская миопия слабой степени способна значительно снизить качество жизни.



Ограничение активного образа жизни при миопии у ребенка. Даже при слабой близорукости у подростков противопоказаны виды спорта, требующие серьезных физических нагрузок, вибрации, сотрясения тела, грозящие травмой. Когда у ребенка падает зрение многие активности становятся недоступными.

Влияние на выбор профессии. А возможно, и на судьбу человека. Зрения и профессия тесно связаны между собой. Близорукость у детей дошкольного возраста может привести к негативным последствиям. Существует ограничение профессий

по зрению. Мечты о карьере дизайнера, летчика или моряка, скорее всего, придется оставить, если у ребенка миопия высокой степени. Вообще множество современных профессий связаны с работой за компьютером, но не все страдающие близорукостью люди могут выдержать такую нагрузку. Есть определенные медицинские противопоказания к профессиям по зрению. Тем не менее, близорукость - это не повод для отчаяния. Стоит не забывать о том, что прогрессирующая близорукость меньше проявляется у детей, которые ведут активный образ жизни, получают сбалансированное питание и витамины, находятся под наблюдением офтальмолога.

Необходимость постоянной оптической коррекции. Чаще всего близорукость у детей бывает двусторонней, при этом даже слабая степень заболевания необратима. Поэтому и взрослые, и дети вынуждены постоянно носить очки или линзы, что требует адаптации, в том числе и психологической.



Наиболее опасной является высокая миопия, так как именно при ней могут развиваться достаточно серьезные осложнения. Высокая миопия грозит отслоением сетчатки, это может привести к потере зрения и инвалидности. Миопия высокой степени лечится разными способами, но основным является очковая коррекция. При миопии высокой степени нужны очки с линзами большой оптической силы.

Миопия слабой степени достаточно длительное время может вообще никак не беспокоить ребенка, так как заметной потери четкости изображения при этом не происходит. Миопия слабой степени характеризуется снижением зрения не более чем на 3 диоптрии.

Знать врага в лицо (признаки близорукости у детей)



Поговорим о признаках близорукости у детей. Современная детская миопия характеризуется скачкообразным течением. Первый пик приходится на 8 лет, школьная близорукость у подростков возникает в 13 лет, а затем и в 17. Сейчас выделяют и четвертый всплеск – в 23 года. Причины близорукости у детей именно в эти периоды связаны с увеличением

нагрузки на глаза в начале обучения в школе, во время активного роста организма ребенка, при поступлении в ВУЗ, а затем и в начале трудовой деятельности.

Причины близорукость у детей очевидны. Однако часто родители не замечают детскую близорукость. Ребенок не понимает или не обращает внимания на то, что зрение падает, а взрослые не придают значения регулярной диспансеризации, в ходе которой заболевание можно своевременно выявить. А ведь врожденная близорукость у детей распознается на ранних стадиях.

Первыми признаками близорукости у детей являются прищуривание, растягивание наружного угла глаз, просмотр телевизора с более близкого расстояния, низкий наклон головы. Если в классе ребенок сидит далеко, у него может снизиться успеваемость, поскольку он плохо видит надписи на доске. Поэтому близорукость у детей можно сказать на оценках, амбициях и дальнейшей жизни. Врожденная миопия у детей выявляется еще раньше.



Очень важно своевременно выявить детскую близорукость – в первые 4-6 месяцев, когда напряжение аккомодационной мышцы только возникает. В этом случае ставится диагноз «псевдомиопия». Такая слабая миопия у детей устраняется в 20-25 % случаев. Если же не принять меры вовремя, то ложная близорукость у ребенка в течение года перерастет в истинную (осевую)

форму. Врожденная близорукость у детей выявляется рано и офтальмолог должен дать рекомендации относительно дальнейших действий родителей.

По данным Сибирского центра профилактики и лечения близорукости «Глазка», среди 6 000 обследованных новосибирских школьников у 43 % было отмечено снижение зрения. При этом в большинстве это были впервые выявленные пациенты – до этого ни дети, ни их родители этого не замечали. У школьников, получивших своевременное лечение, были зафиксированы значительные улучшения, вплоть до полного выздоровления., в независимости от причины миопии у детей.

Кто в группе риска (близорукость у детей: причины)



Большинство офтальмологов считают, что риск возникновения близорукости у детей дошкольного возраста и подростков зависит от количества и выраженности факторов: чем их больше, тем хуже прогноз. Родителям важно знать, чем может быть вызвана прогрессирующая миопия у детей, чтобы не допустить заболевания. Рассмотрим основные факторы, почему у ребенка падает зрение. Каковы признаки близорукости у детей?

Возраст. Чем раньше начинается близорукость у ребенка, тем сильнее она будет прогрессировать. Даже если это на первых порах слабая миопия. Рано приобретенная близорукость у детей дошкольного возраста имеет наиболее пессимистичный прогноз по зрению.

Пол. Детской близорукостью чаще страдают девочки – в соотношении 55/45. Близорукость у школьников женского пола более прогрессирующая.

Наследственность. Если в семье один или оба родителя – миопы, то, скорее всего, у их детей врожденная близорукость неизбежна: вероятность врожденной миопии у детей в 3-6 раз выше, чем при отсутствии данных отягчающих факторов. Этим можно объяснить, почему у ребенка падает зрение.

Врожденная близорукость у детей может стать реальной проблемой и поэтому требуется приложить максимум усилий для того, чтобы избежать прогрессирования нарушений зрения. Этому должны уделять внимание родители, ведь именно они ответственны за качество будущей жизни своего ребенка.



Образ жизни и миопия у детей. При малоподвижном образе жизни и отсутствии занятий спортом близорукость у детей школьного возраста прогрессирует в 3 раза быстрее. Важное значение имеет сбалансированное питание с нужным количеством белков и углеводов, необходимыми витаминами, макро- и микроэлементами. С детства следует уделять внимание правильной посадке ребенка при чтении и

письме, следить за освещенностью в помещении, не допускать длительных зрительных нагрузок перед телевизором и компьютером, чтобы избежать ухудшения зрения у подростков.

Близорукость у детей должна быть под постоянным контролем. И внимание родителей к ребенку в этом случае обязательное условие.

Имеющиеся заболевания. Например, родовые или приобретенные травмы спинного или головного мозга, недоношенность, острые и хронические заболевания. Причины врожденной близорукости у детей могут быть вызваны анатомическими особенностями строения глаза: ослабленной аккомодацией, врожденным астигматизмом, анизометропией и т. д.

Помогут ли витамины для глаз при подростковой близорукости

Требует ли лечения близорукости у детей школьного возраста? Этим вопросом задаются многие. Известно, что истинную близорукость у ребенка (миопию слабой степени или миопию высокой степени) вылечить невозможно, так как глаз вытянулся, фокус четкого зрения отодвинулся от сетчатки, поэтому у ребенка ухудшилось зрение вдаль. Стоит ли тратить время и силы? Стоит! **Лечение близорукости у детей школьного возраста тормозит ее прогрессирование, способствует стабилизации, снижает риск возможных осложнений.**
близорукость: как восстановить зрение у ребенка



Чтобы лечение близорукости у школьников и подростков принесло результат, оно должно быть комплексным, состоящим из трех направлений:

- оптическая коррекция близорукости у детей школьного возраста;
- медикаментозная терапия (специальные глазные капли для тренировки цилиарной мышцы, витамины для глаз при подростковой близорукости);
- функциональная аппаратная терапия близорукости у детей школьного возраста.

Как быстро можно остановить близорукость у детей



Обычно не ранее, чем через 1-2 года с начала лечения детской близорукости. **При этом нужно строго следовать рекомендации врача (ограничение зрительных нагрузок, гимнастика для глаз, спорт, сбалансированное питание с необходимым количеством нужных витаминов для глаз при подростковой близорукости).**

Сложнее всего остановить

близорукость, которая развилась у ребенка младше 6-8 лет. Такая форма заболевания характеризуется скачкообразным течением, когда после стабильного периода снова падает зрение у ребенка. В этом случае лечение следует проводить курсами через 4-6 месяцев во время прогрессирующей миопия у детей.

Изменить образ жизни ребенка и мотивировать его на эти изменения непросто. Но только так можно преодолеть близорукость у школьников – препятствие, которое люди сами создают себе на дороге жизни. Прогрессирующая миопия у детей может быть остановлена.

По материалам детского офтальмолога, к.м.н. Смирновой И. Ю.