

## Разуй глаза. Как определить проблемы со зрением у ребенка?



*По данным ВОЗ, 19 млн детей имеют нарушения зрения. У 12 млн из них проблемы легко можно было решить, если вовремя их обнаружить.*

*Распознать заболевания у детей бывает сложно, потому что они либо не жалуются, либо не могут точно сформулировать свои симптомы. Поэтому родителям нужно быть очень внимательными, чтобы заметить неясные перемены в здоровье ребенка. Как заподозрить снижение зрения и заболевания глаз у детей?*

### Позднее обращение

Глаза детей обладают очень хорошими компенсаторными функциями, и, если на одном глазу начинает снижаться зрение, другой «подстраивается» под ситуацию.

Поэтому дети долгое время могут не жаловаться на проблемы со зрением: они их либо не замечают сами, либо, если заболевание врожденное, то привыкают так видеть с рождения. Мозг привыкает воспринимать нечеткую информацию, и нет жалоб на дискомфорт. Поэтому в вопросе обнаружения глазных заболеваний вся ответственность лежит в первую очередь на родителях, потом - на врачах.

Первое, что должен делать каждый заботливый родитель, - это приводить ребенка на профилактические осмотры к офтальмологу. Первый прием обычно проходит в 1 месяц в роддоме. Но что там можно увидеть? Ребенок еще совсем маленький, закрывает глазки, постоянно плачет. Поэтому в 2-3 месяца нужно прийти на более подробный осмотр. Следующий прием проходит в 6 месяцев, малыша должны посмотреть на специальном оборудовании. Здесь уже можно определить врожденные заболевания: близорукость, дальнозоркость, косоглазие, астигматизм, глаукому, катаракту. Следующий прием офтальмолога должен пройти в 1 год, потом - в 2 и в 3. И если не выявлено никаких отклонений от нормы, то в следующий раз приходиться к врачу нужно перед школой. А вот в школе уже нужны ежегодные осмотры.



Многие родители успокаиваются после первого осмотра и не приводят больше ребенка к врачу: мол, и так зрение хорошее. И в этом основная ошибка. Лучше каждый год убеждаться, что зрение не падает, чем пропустить начало заболевания.



### Внимание глазам

Кроме профилактики родители должны и более внимательно смотреть на детей. Есть несколько признаков возможных проблем со зрением.

1. Если мы говорим о детях до года, то можно самостоятельно проводить им тесты. В 3 месяца ребенок начинает фокусировать взгляд. Повесьте на расстоянии вытянутой руки какие-нибудь огоньки и наблюдайте, останавливает ли он на них взгляд.
2. В 6 месяцев ребенок должен улыбаться вам в ответ. Это признак того, что он вас видит и узнает. Только не наклоняйтесь близко к его лицу. Малыши рождаются дальнозоркими, следовательно, видят вас на расстоянии вытянутой руки.
3. В 6 месяцев ребенок должен следить за движущимися предметами.
4. Хотим предупредить всех родителей: до 6 месяцев ребенок может скашивать глаза, это считается нормой. А вот если в 6 месяцев глаза продолжают косить, то тут мы начинаем следить за ним более внимательно. Обычно ждем 2 месяца, и если косоглазие не уходит само, то назначают операцию. Не стоит удивляться, современные методики позволяют выполнять операции уже с полугода. И, если какой-то врач вам говорит, что косоглазие можно оперировать только после 7, а то и 18 лет, не верьте ему. Медицина давно шагнула вперед, и ребенку оперируют косоглазие до 3 лет. Именно в этот период формируется зрительная система ребенка. А при косоглазии нарушается бинокулярное зрение, то есть объемное восприятие мира. И чем раньше мы уберем эту проблему, тем лучше мозг подстроится под новые условия. Тем более что современные методы позволяют провести операцию максимально точно и с минимальным травмированием тканей. Реабилитация занимает всего несколько дней.

Если ребенку больше 3 лет, то у него могут появиться привычки, которые говорят о проблемах со зрением.

1. Ребенок щурится. Если это не игра, а произвольное движение, то стоит обратиться к врачу.
2. Ребенок стал подходить ближе к телевизору при просмотре мультфильмов.
3. Наклоняется низко к тетради, когда пишет или рисует.
4. Почерк стал крупным и корявым.

Приводите ребенка на осмотр сразу, если вы заметили такие изменения. А дальше уже задача грамотного врача найти подход к ребенку, полноценно его осмотреть и назначить лечение. При этом невозможно лечить ребенка так же, как и взрослого: слишком много отличий в зрительной системе. Поэтому, прежде чем выбирать врача, не постесняйтесь спросить, есть ли у него сертификаты по детской офтальмологии, проходил ли он дополнительное обучение.

