

Afecțiuni oculare specifice copilului



©Optometry photo created by prostooleh - www.freepik.com

Erorile de refracție.

- aceste afecțiuni oculare includ miopia, hipermetropia și astigmatismul;
- imaginea nu se focalizează corect pe retină ceea ce creează vedere încețoșată [2];
- se corectează prin ochelari și impune consultații periodice la medicul oftalmolog pentru determinarea dioptriilor.

Ambliopia (ochiul leneș)

- apare atunci când vederea unui ochi este redusă din cauza unei erori de comunicare între creier și ochiul afectat.[2]

Strabismul (ochii încrucișați)

- poate afecta unul sau ambii ochi;
- când un copil are strabism, ochii lui nu se concentrează pe același obiect în același timp;
- drept urmare, ochii lor au probleme în a-și menține poziția corectă.[2]

Insuficiența de convergență

- afectează modul în care ochii lucrează împreună atunci când se uită la obiecte de aproape;
- provoacă vedere încețoșată sau dublă la privitul de aproape.[2]

Dacă observi că și copilul tău, mijește, se freacă la ochi, are dificultăți de concentrare sau se plânge de dureri de cap după ce a făcut temele, fă o programare la un oftalmolog. Medicul oftalmolog poate verifica copilul pentru aceste afecțiuni și alte probleme de vedere.[2]



©Eyesight photo created by atlascompany - www.freepik.com

Bibliografie:

- [1]. Site-ul oficial CDC: <https://www.cdc.gov/vision-health/risk/tips.htm>
- [2]. Site-ul oficial CDC: <https://www.cdc.gov/visionhealth/resources/features/vision-health-children.html>
- [3]. Site-ul oficial al Societății Române de oftalmologie: <http://www.ofthalmologiaromana.ro/pentru-pacient/>
- [4]. Site-ul oficial al Societății Române de oftalmologie: <http://www.ofthalmologiaromana.ro/pentru-pacient/degenerescenta-maculara/>
- [5]. Site-ul oficial al Societății Române de oftalmologie: <http://www.ofthalmologiaromana.ro/pentru-pacient/glaucom/>
- [6]. Site-ul oficial al Societății Române de oftalmologie: <http://www.ofthalmologiaromana.ro/pentru-pacient/defecte-de-refractie/>
- [7]. Site-ul oficial al Societății Române de oftalmologie: <http://www.ofthalmologiaromana.ro/pentru-pacient/retinopatia-diabetica/>
- [8]. Site-ul oficial al Societății Române de oftalmologie: <http://www.ofthalmologiaromana.ro/pentru-pacient/sindrom-ochi-uscat/>
- [9]. Package of eye care interventions <https://www.who.int/publications/i/item/9789240048959>

Material realizat în cadrul subprogramului de evaluare și promovare a sănătății și educație pentru sănătate al Ministerului Sănătății - pentru distribuție gratuită

CAMPANIA

Ai grijă de ochii tăi!

Nu-ți neglija sănătatea vederii!

Septembrie 2022



Acest pliant se adresează populației generale



MINISTERUL SĂNĂTĂȚII



INSTITUTUL NAȚIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ



CENTRUL NAȚIONAL DE EVALUARE ȘI PROMOVAREA STĂRII DE SĂNĂTATE



CENTRUL REGIONAL DE SĂNĂTATE PUBLICĂ BUCUREȘTI

Sfaturi pentru sănătatea vederii tale și a copilului tău

- **Dat fiind determinismul genetic al unora dintre afecțiunile oculare este important să-ți cunoști istoricul medical familial.**
- **Efectuează la timp examenele oftalmologice și de screening. Acestea sunt esențiale pentru sănătatea vederii la fiecare etapă de vârstă.**

Examen ^[9]	Etapa de vârstă
Screeningul nou-născuților pentru a detecta afecțiunile oculare pediatrice	Nou-născuți (<1 lună, de preferință în 72 de ore de la naștere) sau la prima vizită la un medic
Screeningul vederii și examinarea ochilor (vârsta preșcolară)	Copilărie timpurie (3-5 ani)
Screeningul vederii și examinarea ochilor (vârsta școlară)	Copilărie până la adolescență (între 5 și 18 ani)
Examene oftalmologice pentru persoanele în vârstă și trimiterea în timp util către serviciile adecvate	≥60 de ani
Screeningul sugarilor prematuri și/sau al sugarilor cu greutate mică la naștere pentru retinopatia prematurității	Nou-născuți (cu vârsta <1 lună, de preferință la 4-5 săptămâni postnatal)
Screeningul persoanelor cu diabet zaharat pentru retinopatie diabetică	Copilărie până la vârsta adultă târzie

- **Poartă ochelarii de protecție adecvați activităților efectuate (ex. cu protecție UV/UVB în cazul expunerii solare)**^[1].
- **Nu petrece timp excesiv în fața telefonului/tabletei/laptopului. Protejează-ți ochii!**^[2] **Odihna oculară este esențială pentru o vedere sănătoasă!**^[1]

• **Igiena mâinilor este foarte importantă atunci când folosești lentile de contact!**^[1]

• **Alimentația sănătoasă bogată în fructe și legume este importantă pentru a îți menține ochii sănătoși! Consumă legume, fructe și pește bogat în acizi grași omega-3.**^[1]

• **Dacă fumezi renunță la fumat sau nu începe niciodată să fumezi.**^[1]

• **Menține-ți în limite normale nivelul glicemic, al tensiunii arteriale și al colesterolului sanguin.**^[1]

Afecțiuni oculare specifice adultului



Cataracta reprezintă opacifierea cristalinului, ceea ce cauzează probleme vizuale.

- Peste 50% dintre persoanele de peste 65 de ani au cataractă;
- În fazele incipiente se corectează prin ochelari și picături oftalmologice, în faze tardive tratamentul este chirurgical.^[3]

Degenerescenta maculară, caracteristică procesului de îmbătrânire.

- Este cauza principală de pierdere severă a vederii la persoanele de peste 65 de ani;
- Uneori vederea este afectată numai la un singur ochi, în timp ce la celălalt vederea poate fi păstrată pentru mulți ani;
- Examenul fundului de ochi este esențial;
- Tratamentul este chirurgical prin laser și terapie fotodinamică.^[4]

Glaucomul este o afecțiune a nervului optic.

- Cauza este creșterea tensiunii oculare;
- La vizitele regulate la oftalmolog acesta poate depista semne de glaucom sau presiune mare intraoculară și dacă necesiți o supraveghere atentă.^[5]

Miopia reprezintă o problemă de vedere care afectează aproximativ o treime din populație.

- Este o boală familială și apare de obicei în copilărie;
- Se corectază prin purtarea ochelarilor și impune consultații periodice la medicul oftalmolog pentru determinarea dioptriilor.^[6]

Hipermetropia este o problemă de vedere obișnuită, care afectează aproximativ (25%) din populație. Se corectează prin purtarea ochelarilor și impune consultații periodice la medicul oftalmolog pentru determinarea dioptriilor.^[6]

Presbiopia apare peste 40 ani și afectează întreaga populație.

- Este determinată de scăderea elasticității cristalinului. Corecția se face prin prescripția de ochelari pentru vederea de aproape.^[6]

Retinopatia diabetică

- Apare la cel puțin 10 ani de la debutul diabetului;
- Afectează vasele sanguine și poate duce la orbire;
- Necesită un examen al fundului de ochi. Monitorizarea glicemiei este esențială pentru evoluția afecțiunii.^[7]

Semnele **sindromului de ochi uscat** sunt:

- Senzația permanentă de uscăciune, de mâncărime și de arsură la nivelul ochilor. Pe baza acestor simptome medicul oftalmolog pune diagnosticul și prescrie tratamentul adecvat.^[8]

Infecțiile oculare

- Reprezentate de conjunctivitele (bacteriană, virală) și blefarite (infecții ale pleoapei).^[3]

