

Rövidlátó a gyerekem



FOTÓ: BOUDO-ART

A rövidlátás szemüveggel korigálható és teljes értékű látás hozható létre. Mit kell tudni a rövidlátásról? Mikor van itt az ideje az első szemészeti szűrésnek, és mikor az első látásvizsgálatnak? Miért fontos a korai szemészeti szűrvizsgálat? A cikk végén a szemüveggel kapcsolatos tévhitekre is fény derül. Dr. Garger Piroska gyermekszemésszel beszélgettem.

Nem tudom, miért is gondoltam azt, hogy két rövidlátó nagymamával a hátam mögött, jómagam is rövidlátó lévén, az anyai ágon öröklődő rövidlátást az én lányom megússza. A csecsemőkori

szűrvizsgálaton még minden rendben volt. Az óvoda előtt újra elvittem egy látásvizsgálatra, ahol kiderült, hogy szemüvegre van szüksége. Ő nagyon örült neki, én pedig igyekeztem uralkodni az érzéseimen, és erősen koncentráltam, hogy el ne sírjam magam. Ő ujjongott, amikor az optikus megmutatta neki a barbie-s szemüvegkeretet, nekem pedig egy csokorra való gyermekkori emlék dübörgött át az agyamon.

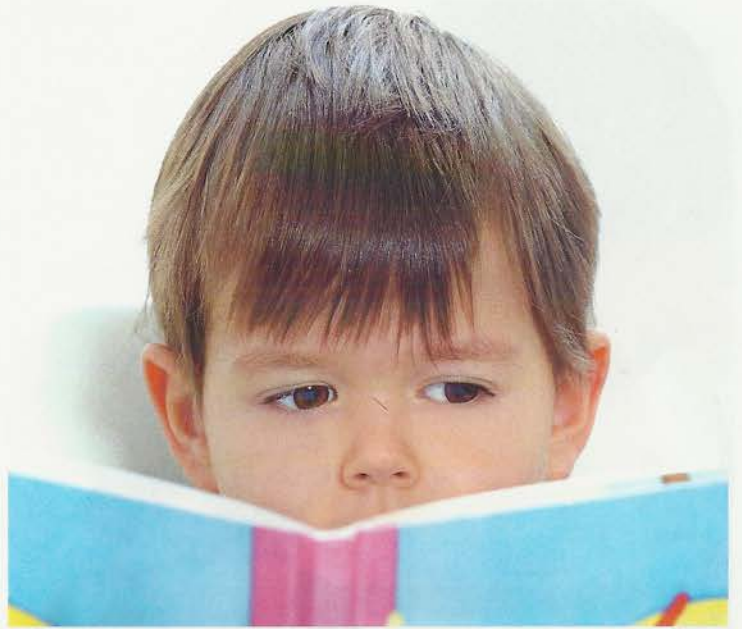
Emlékszem a csúfolódásokra, amikor szódásszifonnak nevezték a szemüvegem, emlékszem arra, hogy nem tudtam karatézni, mert azt szemüvegben nem lehet, anélkül viszont az orromig sem láttam, és emlékszem anyukám szomorú arcára, amikor másodszorra törtem össze véletlenül és a homályos foltokra,

amelyek sehogyan sem tudtak körvonalazódni, ha nem vettem fel azt az undok szemüveget. A saját nyűgeim, szépen elpakolt régi kacatjaim támadtak rám több évtized távlatából. Ma már nincs is szemüvegem, hiszen amint lehetett megműttem magam. Csak másnap meséltem el a lányomnak, amikor a helyére raktam a dolgaimat és már nem a saját érzéseim kerültek előtérbe, hogy régen én is voltam szemüveges, és az én anyukám is azt mondta nekem, hogy okosabbnak látszom, hogy a szemüveg öltöztet és így tovább.

Ő pedig kimondta a végszót, miszerint szemüvegesnek lenni klassz dolog, főleg, ha rózsaszín a keret. Ugye anya?

DÍOHÉJBAN A RÖVIDLÁTÁSRÓL

A rövidlátás (latinul myopia) azt jelenti, hogy a gyerek jól lát közelre, – innen ered a rövidlátó elnevezés is –, de a távoli dolgokat csak homályosan látja, nem pedig tisztán. A rövidlátó szülők gyermekei gyakran lesznek rövidlátók, hiszen ez egy genetikailag öröklődő látászavar.



„A rövidlátás esetén a fénysugarak, amelyek a nézett képről a szemünkbe jutnak, nem az éleslátás helyén egyesülnek, a kép pedig a szem belsejében, az éleslátás helye előtt keletkezik. Ennek kétféle oka lehet: a gyakoribb ok az, hogy a szem hátsó része nem tartja meg az alakját, hanem megnyúlik, mely a növekedéssel gyakran összefüggésbe is hozható. Ezt tengely myopiának nevezzük. A másik ok a szem fénytörő közegeiben keresendő, tehát a szem elülső részében. Ilyenkor a szem erősebben törí meg a fényt, mint ahogy kéne, és ezért kerül a kép a szem belsejébe. Ez a törési myopia.” – magyarázza Dr. Garger Piroska gyermekszemész.

Rövidlátás esetén homorú lencsét írnak fel, amely a képet a szem belsejéből az éleslátás helyére juttatja. Ezt mínusz előjellel jelölik. Az ilyen típusú szemüveg a látott képet kicsinyíti, és a szem is kisebbnek látszik benne. „Kismértékű rövidlátást ugyan okozhat a túlzott számítógépezés, olvasás is, de ennek más a mechanizmusa. Ezt a túlzott alkalmazkodás okozza, így ez nem valódi rövidlátás, a szem pihentetésével pedig megelőzhető”- mondja a doktornő.

NEM EGYSZERŰ FÉNYTÖRÉSI HIBA

A kis rövidlátás nem veszélyes, de a nagyobb fokú tengely rövidlátás miatt a szem rétegei elvékonyodnak. „Ennek lehet a következménye, hogy a retinán degene-

rációk, lyukak keletkezhetnek, amik retinaleváláshoz is vezethetnek. Ezt meg lehet operálni, de a műtét nem minden esetben hoz javulást. A másik rossz kimenetele az éleslátás helyén keletkező érújdonképződés lehet, ami szintén súlyosan rontja a látást, szintén a nagy rövidlátóknál. Ebben az értelemben a rövidlátás nem egyszerű fénytörési hiba” – avat be Dr. Garger Piroska. Az előbbieket ismeretében kell újra és újra ellenőrizni, nagy rövidlátók esetén legalább évente a szem perifériáját.

Még azt is jó tudni, hogy a lézeres szemműtét csak a szemüveget helyettesíti, a megnyúlt szemgolyó továbbra is nyúlt marad és így minden szövődmény előfordulhat. Ezért olyan fontos a védőszemüveg sportolásnál, ha valaki rövidlátó.

FEL SEM TŰNIK, HOGY RÖVIDLÁTÓ

A rövidlátás bármely életkorban elkezdődhet, de a legjellemzőbb kor a kisiskolás életszakasz. Mégis vannak, akik már egészen korán szembesülnek azzal, hogy a kisbájuk rövidlátó és szemüveget kell majd viselnie. Fontos, hogy a koraszülött babák esetében már fél éves korukban elvégezzék az első szemészeti szűrővizsgálatot.

„Hiszen az igen kis súlyú koraszülötteknél előfordulhat, hogy már csecsemőkorban nagy rövidlátók, melynek mértéke akár 12 dioptria is lehet. Ez a típusú rövidlátás többnyire állandó, tehát a korrallal jelentősen nem változik. A nagyfokú rövidlátásra jellemző, hogy a gyermek sötétben rosszul tájékozódik, nagyon közelről nézi meg a játékeit, rajzolás, színezés közben hunyorog. A kisebb fokú rövidlátást azonban nehéz felismerni.



lyozza a korai szűrővizsgálatok rendkívüli fontosságát a doktornő.

■ Az első szűrővizsgálatot 1 éves korban javasolt elvégezni.

„Erre rendelkezésünkre áll egy modern műszer, a neve Plusoptix, amely pupillatágítás nélkül is megmondja, hogy van-e fénytörési hiba, amit korrigálni kell, van-e olyan baj, ami tompalátáshoz vezet, és még sok egyéb információval is szolgál. Egy méter távolságból az anya ölében ülve egy traffipaxhoz hasonló eszközre néz rá a baba, ami világít és hangot is ad” – folytatja Dr. Garger Piroska.

■ Ha nincs szemészeti eltérés, akkor ezt követően 3 éves korban javasolt a következő szűrővizsgálat, mely már valódi látásvizsgálat.

■ Az utolsó látásszűrés iskola előtt javasolt. Gyermekkorban a rövidlátók látását fél évenként javasolt ellenőrizni. Ezzel el tudjuk kerülni, hogy egyszerre sok dioptriával kelljen növelni a szemüveget. A nagyobb fokú rövidlátásnál legalább évente ellenőriztetni kell a retina állapotát is, mely szemfenék vizsgálatot jelent, amit tágitott pupillán keresztül javasolt végezni.

FOTÓ: BOUDO-ART

A gyermek a lakáson belül jól tájékozódik, játékaival kiválóan játszik és még a morzsát is felszedi a földről. Hát persze, ugyanis közelre lát jól. A szabadban szüleit megszűrő megismeri, megmutatja a repülőt is. Ennek az az oka, hogy a pici gyermek minden érzékét remekül felhasználja a látás kiegészítésére. A szülő felismeri a mozgásáról, a repülő a hangjáról. Gyakran a szülők el sem hiszik a rövidlátás tényét” – mondja a szemész.

Az óvodás gyermeknél már könnyebben kiderül a rövidlátás. Ha mesét néz, meg sem lehet kérni, hogy nézze messzebről a tévét. Ha nagyobb fokú a rövidlátás, akkor szóvá is teszi, hogy nem látja, amit mutatnak neki a távolban és ilyenkor hunyorog.

EZÉRT FONTOS. A KORAI SZÜRŐVIZSGÁLAT

„Egészen pici babáknál azért fontos a szűrővizsgálat, hogy minél előbb kiderüljön, szükség van-e kezelésre. A korai szűrővizsgálaton nem feltétlenül a rövidlátásra koncentrálnunk, sokkal nagyobb jelentősége van a tompalátás felfedezésének. Ez a hiba nem tűnhet fel a szülőnek, mert ilyenkor az egyik szem jól lát, tehát a gyermek mindent lát. Csak akkor derül fény a tompalátásra, ha a gyermek szemét külön-külön letakarjuk és figyeljük, hogy akkor is jól lát-e. A tompalátás vagy más néven „lusta szeműség” csak 6 éves korig korrigálható, utána visszafordíthatatlanul tompalátó marad a gyermek egyik szeme!” – hangsúlyozza a szemész.

TÉNYEK ÉS TÉVHITEK A SZEMÜVEGSEL KAPCSOLATBAN

A rövidlátásra jellemző, hogy eleinte fél évenként akár fél-háromnegyed dioptriával is növekedhet a rövidlátás mértéke, és ez általában 14-15 éves korig fokozódik. Természetesen ennek üteme mindenképp más és más. A rövidlátás csökkenni, vagy elmúlni nem szokott, hiszen a szemüveg nem javítja meg a szemet, vagyis a dioptriák nem múlnak el tőle, viszont jó látása csak szemüveggel lesz távolba nézéskor. A szemben nincs olyan izomzat, amely a rövidlátást tudná korrigálni. Éppen ezért a szemtorna, a Bates-módszer, vagy a lyukas szemüveg nem hoz átütő sikert. Többnyire szelíd próbálkozásokról van szó, mellyel ártani nem ártunk.

Az utolsó tévhit pedig, amit érdemes eloszlatni, hogy a rövidlátó gyermek, ha leveszi a szemüvegét, akkor pihenteti a szemét. Ilyenkor nem lát jól és ezért erőlteti a szemét, ha szemüvegben van, akkor pihen a szeme.

SZERZŐ: SCHÜTZ GABRIELLA

SAKÉRTŐ: DR. GARGER PIROSKA GYERMEKSZEMÉSZ