



از شروع شش‌ماهگی اجباری و پیگیری آن را هر سال لازم می‌دانند. حتی اگر هیچ مشکل و یا نقص جدی و ظاهری دیده نشود و البته اگر علائم زیر مشاهده گردد حتماً این کار باید صورت گیرد. به جهت اهمیت فوق‌العاده این گونه مراقبت‌ها این چکاپ‌ها به صورت رایگان نیز صورت می‌پذیرد.

در این برنامه‌های ملی، بسیار کوشش می‌شود که کودکان و خانواده‌هایشان اوقاتی خوشایند داشته باشند و معاینه و بررسی به تجربه ناراحت‌کننده‌ای تبدیل نشود.

براساس برآوردهای انجمن چشم‌پزشکی آمریکا

● آیا می‌دانستید مشکلات چشم و بینایی کودکان در سال‌های اولیه می‌تواند باعث تأخیرهای رشد در سال‌های آینده شود؟

● نقش مربی و خانواده در پیشگیری از بیماری‌های چشمی کودکان در سال‌های آینده چیست؟

همه ما دوست داریم که کودکان از سال‌های اولیه خوب ببینند و زیبایی‌ها را به درستی تجربه کنند اما چه بسیار کودکانی هستند که فقط به دلیل بی‌توجهی و یا ناآگاهی اطرافیان از رسیدگی آغازین و یا ارزیابی‌های پزشکی و بهداشتی در سال‌های پیش‌دبستانی، مشکلات چشمی و بینایی جبران‌ناپذیری پیدا می‌کنند.

چشم‌های سالم و رعایت بهداشت بینایی در یادگیری دیدن و تجربه کردن عناصر مهم آموزشی در اطفال و کودکان نقشی اساسی دارد.

انجمن مراقبت از بینایی در آمریکا، هر سال گردهمایی‌های ویژه‌ای را با حضور چشم‌پزشکان و خانواده‌های کودکان و افراد علاقه‌مند برگزار می‌کند. هدف از این جلسات سازنده، هدایت و راهنمایی ملی در راستای آگاه‌سازی کارکنان، مراقبان کودکان پیش‌دبستانی و خانواده‌های آنان در زمینه نقش سلامت چشم و رعایت بهداشت از سال‌های اولیه است. استاندارد کردن برنامه‌های مراقبت از چشم و غربالگری‌های خاص نیز از دیگر جهات این نشست‌های حمایتی و نظارتی است. دادن اطلاعات به خانواده‌ها و فراهم کردن زمینه‌های لازم برای مشورت کردن با پاره‌ای از پزشکان چشم و بینایی درباره مراقبت و حفاظت از بینایی کودکان و پاسخ به سؤال‌ها و نگرانی‌های

مراقب چشم‌های زیبای فرزند

آنان از نتایج و دستاوردهای این گونه هماهنگی‌های مسئولانه است. مشکلات چشم و بینایی در اطفال ممکن است سبب تأخیرهای رشدی بسیار شود؛ زیرا چشم‌ها دریچه‌هایی هستند که کودکان اولین تجربه‌های دیداری خود را از راه آن‌ها دریافت می‌کنند و چنانچه به هر دلیل خوب نبینند و یا اطلاعات دریافتی بینایی را به درستی تحلیل نکنند، نقص دریافت سبب مشکلات گوناگون، همچون ناهماهنگی‌های جبران‌ناپذیر می‌گردد. چنان‌که می‌دانیم، عدم تشخیص تنبلی چشم از سال‌های اولیه می‌تواند نقص بینایی را در سال‌های بعد سبب شود. بنابراین، بسیار حائز اهمیت است که خانواده‌ها و نیز کارکنان و مربیان مراکز آموزشی و پیش‌دبستان توجه جدی به بهداشت چشم کودکان را نیز در برنامه‌های مراقبتی و حمایتی خود بگنجانند و هر سال با نکته‌های اساسی در زمینه بهداشت چشم کودکان آشنا شوند.

انجمن‌های مراقبت از چشم در بسیاری از کشورها، معاینه چشم‌ها را

۱۰ درصد از کودکان پیش‌دبستانی گرفتار مشکلات بینایی هستند. جا دارد وزارت بهداشت کشور ما نیز ایجاد انجمن‌های ویژه‌ای را به منظور آگاه‌سازی عمومی و اجرای طرح‌های رایگان معاینه و بازبینی چشم کودکان از ابتدای ۶ ماهگی تا پایان ۶ ماهگی در دستور کار خود قرار دهد.

نشانه‌هایی که در اطفال نگران‌کننده است و باید مورد معاینه قرار گیرد:

● ریزش اشک زیاد

- حساسیت زیاد نسبت به نور و روشنایی
- خارش پلک‌ها
- سرخی چشم
- ظاهر شدن بیشتر قسمت سفیدی چشم
- برگشت مزگان در چشم.

نشانه‌هایی که در کودکان پیش‌دبستانی (۵ و ۶ سال به‌ویژه) باید مورد توجه قرار گیرد:

● نشستن نزدیک به تلویزیون و یا نگه داشتن کتاب و مطالب خواندنی

و دیداری بسیار نزدیک به چشم‌ها

- مالش مکرر چشم‌ها
- کدر شدن و یا سفیدی مردمک چشم
- حساسیت به نور و روشنایی
- لوچی و یا دوبینی
- سربرگرداندن یا چرخاندن زیاد سر به اطراف هنگام دیدن
- طول توجه کوتاه و نامتناسب با سن کودکان
- مشکلات هماهنگی چشم و دست به هنگام توپ‌بازی و یا دوچرخه‌سواری
- برگشت مردمک به طرف داخل و یا خارج چشم

جا دارد وزارت بهداشت در کشور ما

نیز ایجاد انجمن‌های ویژه‌ای را به منظور آگاه‌سازی عمومی و اجرای طرح‌های رایگان معاینه و بازبینی چشم کودکان از ابتدای ۶ ماهگی تا پایان ۶ ماهگی در دستور کار خود قرار دهد

دکتر مرجان گودرزی
پزشک عمومی و خانواده

سدان در زمستان سرد باشیم

● اجتناب از فعالیت‌هایی چون رنگ‌آمیزی، انجام پازل‌ها و فعالیت‌هایی که نیازمند توجه به جزئیات است.

● البته نشانه‌هایی نیز برای کودکان سنین مدرسه وجود دارد که از جهت عدم ارتباط در اینجا به آن‌ها پرداخته نمی‌شود.

باید توجه داشته باشیم که نشانه‌های نگران‌کننده ممکن است به فهرست بالا ختم نشود ولی به هر حال اگر هر یک از آن‌ها در سال‌های حساس رشد کودکان مشاهده شود، مراجعه به چشم‌پزشک باید در دستور کار جدی خانواده‌ها نیز قرار گیرد.

در پایان گفتنی است که خانواده‌ها و کارکنان مراکز پیش‌دبستانی، مهدهای کودک و مراکز آموزشی و فرهنگی کودکان باید به مسئله بهداشت چشم کودکان توجه ویژه‌ای داشته باشند و با مشاهده هر نشانه آسیب‌زاه مراقبت‌های لازم اولیه را به عمل آورند، تا کودکان با چشمانی زیبا، دنیا را زیبا ببینند.