Warszawa, maj 2021 r.

Informacja prasowa

**„Dziecko samo się nie przyzna, że widzi niewyraźnie”**

**Kiedy ostatni raz Twoje dziecko było na badaniu wzroku?**

**Jak pokazują wyniki badań, w ubiegłym roku aż 70 proc. Polaków[[1]](#footnote-1) nie zbadało swojego wzroku u okulisty lub optometrysty. Jednocześnie, wiele osób przyznaje, że przez wzmożoną pracę, a w przypadku dzieci – także naukę w trybie zdalnym przed ekranami urządzeń cyfrowych, pandemiczny czas dał się we znaki ich oczom. Na jakie pierwsze symptomy pogorszenia wzroku u dziecka powinni zwrócić uwagę rodzice?**

Statystyki pokazują, że wśród przyczyn gorszej kondycji oczu, najczęściej wymienia się wydłużony czas spędzany przed ekranami urządzeń cyfrowych (69 proc.), czytaniu (33 proc.) oraz funkcjonowaniu w realiach pracy i nauki zdalnej (40 proc.)[[2]](#footnote-2). Mimo że większość osób uważa, że badania wzroku u okulisty lub optometrysty w salonie optycznym są bezpieczne w czasie pandemii, blisko 70 proc. przyznaje, że w ubiegłym roku nie skonsultowało jakości widzenia u specjalisty.

**Miej oko na wzrok swojego dziecka**

Każda nieprawidłowość, związana z niewyraźnym widzeniem u najmłodszych, nie powinna być bagatelizowana – nawet, jeśli dziecko samo nie skarży się zbytnio na problemy z oczami. Należy pamiętać, że wady wzroku w wieku szkolnym powodują problemy z nauką i nie wolno zwlekać z ich rozpoznaniem oraz ewentualnym leczeniem.

*To na rodzicach w pełni spoczywa odpowiedzialność za zdrowie dziecka, dlatego ważne jest, by bacznie je obserwować i w przypadku wychwycenia jakichkolwiek problemów z wyraźnym widzeniem, niezwłocznie skonsultować je ze specjalistą. Dziecko samo z siebie nie przyzna się, że źle widzi. Mruży lub pociera oczy i instynktownie próbuje zaadaptować się do zmiany warunków widzenia, ale niespytane – raczej nie zgłosi rodzicowi, że coś niedobrego dzieje się z jego oczami. Stąd potrzeba uważności ze strony mamy i taty. Ostrość widzenia należy badać dziecku przynajmniej raz w roku, jednak w przypadku zaobserwowania jakichkolwiek nieprawidłowości, nie wolno zwlekać, a tym bardziej czekać na kolejną konsultację okulisty lub optometrysty, tylko należy czym prędzej umówić się na wizytę z badaniem wzroku. W ten sposób możemy uchronić dziecko przed dalszym pogłębianiem się problemów z oczami* – ostrzega Sylwia Szarkiewicz, optometrystka, ekspertka kampanii Czas Na Wzrok.

**W przypadku dziecka w wieku niemowlęcym zwróć uwagę**:

* na kolor źrenicy – biała źrenica to bardzo niebezpieczna przesłanka i powinna być natychmiast skonsultowana z lekarzem okulistą;
* na wielkość – oczy oraz źrenice powinny być tej samej wielkości;
* upewniaj się, że dziecko wodzi wzrokiem za twarzami (2. miesiąc życia);
* sprawdzaj, czy oko nie ucieka na zewnątrz lub w kierunku nosa – do 3.-4. miesiąca życia może się zdarzyć, że oko ustawi się w zezie, ale powinno to być chwilowe. W późniejszych etapach rozwoju uciekające oko zawsze świadczy o nieprawidłowościach.

**Symptomy mogące świadczyć o występowaniu lub pogłębianiu się wady wzroku u dziecka w wieku przedszkolnym i szkolnym:**

* nadmierne mrużenie;
* częste łzawienie, zaczerwienienie, swędzenie oczu;
* problemy z czytaniem i wyraźnym widzeniem z tablicy;
* bóle i zawroty głowy;
* częste potykanie się, kłopoty z prawidłową oceną odległości i utrzymaniem równowagi;
* nienaturalne przechylanie głowy podczas pisania/rysowania;
* wyraźna niechęć do zabaw, w trakcie których niezbędna jest koordynacja wzrokowo-ruchowa (np. układanie puzzli czy klocków);
* zasłanianie jednego oka, by widzieć wyraźnie;
* podchodzenie blisko do telewizora;
* choroba lokomocyjna;
* nadmierne pochylanie się nad tekstem; brzydki charakter pisma;
* problemy z koncentracją;
* brak wyobraźni przestrzennej.

**Kiedy badać wzrok dziecka?**

Jeżeli nie ma podejrzeń problemów ze wzrokiem, pierwsze badanie powinno się odbyć, kiedy dziecko ma 2,5-3 lata. Po pierwszej wizycie, profilaktyczne badania wzroku powinny się odbywać regularnie co 2 lata, a aktualne rekomendacje mówią nawet o badaniu przynajmniej raz w roku. Konieczne jest natomiast poddanie dziecka badaniu wzroku przed rozpoczęciem nauki. W przypadku zdiagnozowanej wady wzroku, dziecko powinno odbywać wizyty z badaniami kontrolnymi minimum raz na 6 miesięcy lub według zaleceń specjalisty.

**Okulary dla dziecka? Wyłącznie u optyka!**

Jeśli okulista lub optometrysta stwierdza wadę wzroku u dziecka, konieczne może się okazać wykonanie okularów korekcyjnych w salonie optycznym – i jest to jedyne słuszne miejsce, do którego powinniśmy się udać w tym wypadku. Co więcej, dotyczy to nie tylko okularów korekcyjnych, ale także każdych okularów przeciwsłonecznych, ponieważ tylko te wyposażone są w odpowiednie filtry chroniące oczy przed szkodliwym działaniem promieniowania UV. Należy pamiętać o tym, że okulary kupione poza punktami optycznymi, np. w drogerii, aptece czy sklepie odzieżowym, nie gwarantują odpowiedniej korekcji i ochrony, przed czym przestrzegają okuliści i optometryści.

Mówi o tym także społeczno-edukacyjna kampania Czas Na Wzrok, której celem jest podnoszenie świadomości w zakresie profilaktyki i regularnych badań wzroku. W ramach tegorocznej edycji, pod nazwą #SuperMocOkularów, salony optyczne w całej Polsce prowadzą zbiórki nieużywanych, zniszczonych, jednorazowych (tzw. „gotowców”, kupionych poza punktami optycznymi) okularów, by za pośrednictwem organizatorów kampanii przekazać je do bezpiecznej utylizacji, a pozyskana w ten sposób energia zasili nasze domy. Dodatkowo, każdy, kto weźmie udział w akcji, otrzyma atrakcyjną ofertę na zakup nowych, profesjonalnie wykonanych okularów u optyka. Salony optyczne, biorące udział w akcji #SuperMocOkularów (w lokalizatorze oznaczone specjalną eko ikoną zielonego trójkąta z okularami), można wyszukać w lokalizatorze na stronie internetowej kampanii www.czasnawzrok.pl.

Więcej informacji:

Monika Gajo

Senior Consultant

Marketing & Communications Consultants

e-mail: gajo@mcconsultants.pl

mob.: 662 031 031

1. Źródło danych: Raport „Czas Na Wzrok 2021” - badanie opinii, postaw i wiedzy na temat dbania o wzrok, zwłaszcza w okresie pandemii, przeprowadzone na zlecenie Grupy Essilor przez SW Research w lutym 2021, na reprezentatywnej grupie Polaków n=800 w wieku 18+. [↑](#footnote-ref-1)
2. Ibidem. [↑](#footnote-ref-2)