

Дальнозоркость и близорукость

как и почему

Калоша Мария

Дальнозоркость причины появления

- Врождённая
- Приобретённая
- Возрастная



Врождённая

- Причиной врожденной патологии может стать сбой в развитии глазного яблока, оно может быть слишком маленьким еще при появлении ребенка на свет, а затем неправильно развиваться. Именно поэтому возможно непрерывное прогрессирование дальнозоркости.

Приобретённая

Дальнозоркость, которая развивается у взрослого человека в процессе жизнедеятельности, может быть связана с механическими травмами зрительных органов, опухолями в области глазниц, некачественно проведенной операцией, инфекционными заболеваниями, поражающими преломляющую систему.

Возрастная

Причиной ее возникновения является нарушение функций и структуры хрусталика. Основной причиной считают потерю хрусталиком эластичности. Хрусталик и цилиарная мышца отвечают за фокусировку (четкое видение).



Близорукость причины появления

1. Перенапряжение органов зрения, которое сопровождается их непрерывной и длительной работой
2. Плохое освещение
3. Недостаточное расстояние между телевизором при просмотре передач
4. Отсутствие перерывов при работе с компьютером
5. Недостаток витаминов (В и С)
6. Различные инфекционные заболевания, черепно-мозговые травмы, гормональные сбои и иные состояния, вызывающие ослабление организма.



СИМПТОМЫ

Дальнозоркость

Обнаружить дальнозоркость могут только родители, опираясь на поведение ребёнка. Например, он будет отодвигать книгу во время чтения или другие предметы, с которыми захочет поиграть или рассмотреть.

Зрительный дискомфорт при дальнозоркости также может проявляться в следующих симптомах: быстрая усталость глаз; обильное слезоотделение; светобоязнь, в особенности при ярком освещении;

Близорукость

Какое-то время близорукость может протекать бессимптомно. Однако в дальнейшем у такого нарушения могут появиться ощутимые признаки, основные из них:

- размытые контуры предметов;
- ухудшение зрения при рассмотрении предметов, расположенных вдали;
- нечеткое восприятие изображения в целом (человеку кажется, будто все вокруг плывет);
- двоение;
- прямые линии кажутся изогнутыми
- быстрая утомляемость глаз (в особенности в тех случаях, где необходимо напрягать зрение, к примеру, работа за компьютером, чтение, вождение автомобиля и другое)

Профилактика

Полностью исключить появление дальнозоркости и близорукости невозможно, но соблюдение некоторых правил позволит замедлить вероятность осложнений

Близорукость

1. Исключение больших нагрузок на зрительную систему
2. Хорошее освещение рабочего места
3. Регулярная проверка показателей зрения

Дальнозоркость

1. Соблюдение дистанции
2. Поддерживание правильной осанки
3. Правильное освещение
4. Защита глаз от ультрафиолета (солнце)
5. Правильное питание