

1. ΔΕΚΑ ΣΥΝ ΜΙΑ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ(6ος 14)

Μέσο: ΤΑΛΚ

Ημ. Έκδοσης: . . . 11/06/2014 Ημ. Αποδελτίωσης: . . . 17/06/2014

Σελίδα: 30



30 ΑΓΚΑΛΙΑ

TALK

11.06.2014
www.talcmag.gr

ΤΗΣ ΠΑΝΑΓΙΩΤΑΣ ΚΑΡΑΑΘΡΑ

+ Δέκα συν μία ερωτήσεις για τα μάτια του... μόνο

Από πότε πρέπει να γίνεται επίσκεψη στον οφθαλμίατρο;

Πότε δεν είναι νωρίς για την οφθαλμολογική εξέταση του παιδιού. Ορισμένες παθήσεις των ματιών μπορεί να υπάρχουν, αλλά να μην έχουν συμπτώματα. Κάποιες άλλες μπορούν να αντιμετωπιστούν αποτελεσματικά μόνο αν εντοπιστούν έγκαιρα, γι' αυτό είναι απαραίτητος ο οφθαλμολογικός έλεγχος εξ απαλών ονύχων. Στο πλαίσιο αυτό τα νεογνά πρέπει να εξετάζονται από τον οφθαλμίατρο ή τον ειδικό παιδοοφθαλμίατρο, πριν φύγουν από το μαιευτήριο, για την έγκαιρη και έγκυρη διάγνωση τυχόν οπτικού προβλήματος. Ο στραβισμός, ο συγγενής καταρράκτης, το συγγενές γλαύκωμα κ.ά. μπορεί να υπάρχουν κατά τη γέννηση ή να αναπτυχθούν μέχρι την ηλικία των τριών. Συνεπώς η οφθαλμολογική εξέταση πρέπει να γίνεται και στην ηλικία των δύο χρόνων. Από τη σχολική ηλικία και μετά η οφθαλμολογική εξέταση είναι απαραίτητη σε ετήσια βάση.

Έκω την εντύπωση ότι το μωρό μου αλληθωρίζει. Μπορεί να συμβαίνει όντως αυτό;

Δεν είναι ασυνήθιστο φαινόμενο να «εξεφύγει» το ματάκι ενός νεογέννητου. Κατά τη γέννηση, οι μύες του ματιού δεν είναι ακόμα συντονισμένοι, αλλά μέσα σε λίγες εβδομάδες το

νεογνό μαθαίνει να κινεί και τα δύο μάτια ταυτόχρονα και το μάτι δεν «εξεφύγει» πια. Εάν όμως η κατάσταση συνεχιστεί για διάστημα που ξεπερνά την πρώιμη νεογνική ηλικία (δεν αξιολογείται στραβισμός έως την ηλικία των 3 μηνών) τότε η άμεση παρέμβαση του ιατρού μπορεί να είναι απαραίτητη. Υπάρχει επίσης ο «ψευδοστραβισμός», που είναι η εσφαλμένη εντύπωση ότι κάποιος στραβίζει, και αιτία είναι πλατιά ράχη της μύτης ή η μεγάλη πτυχή στο επάνω βλέφαρο (επικανθός).

Υπάρχουν κάποιες ανησυχητικές ενδείξεις για τη μη καλή όραση του παιδιού;

Κάποιες κινήσεις του παιδιού μπορεί να κινητοποιούν τους γονείς ώστε να επισκεύσουν την επίσκεψη στον οφθαλμίατρο. Π.χ. εάν τρίβει συνεχώς τα μάτια του, αν παραπονιέται συχνά για πονοκεφάλους, αν πλυσιάζει πολύ σε ότι του τραβά το ενδιαφέρον, όπως στην τηλεόραση, ή κολλάει το πρόσωπο στο χαρτί που ζωγραφίζει, αν κοιτάζει υψοθετώντας μη φυσιολογικές στάσεις του κεφαλιού ή, τέλος, εάν κάνει διάφορα «τυκ» ανοικτοκλειώνοντας τα μάτια.

Πού πρέπει να επικεντρωθεί ο έλεγχος στα παιδικά μάτια;

Η εξακρίβωση τυχόν αμβλυωπίας, που είναι πιο γνωστή ως «τεμπέλικο μάτι», είναι ιδιαίτερα σημαντική διότι εάν διαγνωστεί νωρίς μπορεί να αντιμετωπιστεί σε διαφορετική περίπτωση, ενδέχεται να αφήσει μόνιμο «πρόβλημα». Ο ειδικός θα ελέγξει τη συνεργασία των δύο ματιών στην αντίληψη των οπτικών ερεθισμάτων για να διαγνώσει τυχόν πρόβλημα στραβισμού. Επίσης, στο πλαίσιο του τακτικού οφθαλμολογικού ελέγχου θα εξεταστεί τη στερεοσκοπική όραση του παιδιού, δηλαδή την οπτική ικανότητα διαχωρισμού του βάθους.

Από ποια ηλικία μπορεί ένα παιδί να φορέσει γυαλιά; Μπορεί να βάλει φακούς επαφής;

Εάν χρειαστεί, τα παιδιά μπορούν να φορέσουν γυαλιά από πολύ μικρή ηλικία. Για παράδειγμα, όταν υπάρ-

ξει στραβισμός συστήνονται γυαλιά από την ηλικία των 9 μηνών. Σε ό,τι αφορά τους φακούς, αυτοί ενδείκνυνται μετά την ηλικία των 10-12 ετών, ώστε το παιδί να είναι σε θέση να τους χρησιμοποιήσει μόνο του αλλά και να φροντίσει την υγιεινή που αυτοί επιβάλλουν.

Μπορούν η τηλεόραση και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια να βλάψουν την όραση του παιδιού; Θα αναπτύξει περισσότερη μυωπία το παιδί εάν βρίσκεται πολλά ώρα εμπρός σε μία οθόνη;

Οι δραστηριότητες που απαιτούν την αίσθηση της όρασης δεν μεταβάλλουν τη διαθλαστική «κατάσταση». Πιο απλά, δεν μπορεί ένα παιδί που διαβάζει πολύ ή βλέπει πολλά τηλεόραση να δημιουργήσει μυωπία. Η πολύωρη χρήση μικρής ή μεγάλης οθόνης συνδέεται κυρίως με υπερδύεγερση του παιδιού.

Είναι κληρονομικές ασθένειες οι οφθαλμολογικές, π.χ. μπορεί το παιδί να κληρονομήσει την υψηλή μυωπία του μπαμπά; Κι αν ναι, τότε μπορούμε να το ελέγξουμε;

Υπάρχει κάποια μορφή κληρονομικότητας, αλλά όχι απόλυτη, αφού έτσι κι αλλιώς η υψηλή μυωπία εκδηλώνεται στο 30-40% των ανθρώπων. Σε κάθε περίπτωση, τυχόν πρόβλημα στην όραση του παιδιού θα εντοπιστεί μέσα από τον τακτικό οφθαλμολογικό έλεγχο.

Τι είναι και πώς αντιμετωπίζεται το «τεμπέλικο» μάτι;

Ένα από τα πιο σημαντικά προβλήματα που μπορεί να παρουσιάσουν τα παιδιά της προσχολικής και πρώτης σχολικής ηλικίας είναι ο αμβλυωπία ή το λεγόμενο «τεμπέλικο» μάτι. Συχνά συμπτώματα είναι ο στραβισμός και η κλίση της κεφαλής του παιδιού. Εάν διαγνωσθεί νωρίς, μπορεί να ιαθεί, ενώ στην αντίθετη περίπτωση ενδέχεται να αφήσει μόνιμο πρόβλημα. Η έγκαιρη και γρήγορη διάγνωση από τον παιδίατρο ή παιδοοφθαλμίατρο είναι η καλύτερη πιθανότητα αντιμετώπισης της αμβλυωπίας, η οποία συνήθως δεν βελτιώνεται μετά τα έξι χρόνια της ζωής. Αντιμετωπίζεται

κατά περίπτωση με τη χρήση γυαλιών ή με κάλυψη του «δραστήριου» ματιού ώστε να ενισχυθεί το «τεμπέλικο» μάτι.

Από ποια ηλικία μπορεί να υποβληθεί ένα παιδί σε επέμβαση Laser;

Η αποκατάσταση της όποιας οπτικής δυσλειτουργίας μυωπίας, υπερμετρωπίας και αστιγματισμού αντιμετωπίζεται με την εφαρμογή γυαλιών σε παιδιά προσχολικής ή σχολικής ηλικίας. Μπορούν όμως να διορθωθούν από τον χειρουργό οφθαλμίατρο μετά την ηλικία των 18 ετών αφού ο ειδικός βεβαιωθεί ότι το διαθλαστικό πρόβλημα έχει σταθεροποιηθεί, και σε εξαιρετικές περιπτώσεις νωρίτερα π.χ. για όσους ενδιαφέρονται να πάνε σε στρατιωτικές σχολές κ.λπ. Στη χώρα μας λειτουργούν πάνω από δέκα εξειληγμένα κέντρα Laser μυωπίας με παγκόσμια πρωτοπορία και εντυπωσιακά αποτελέσματα.

Πώς πρέπει να αντιμετωπίσουμε τυχόν χτύπημα του παιδιού στο μάτι;

Οι τραυματισμοί στα μάτια είναι πάντα σοβαροί, γι' αυτό θα πρέπει να αντιμετωπίζονται από ειδικό οφθαλμίατρο και όσο πιο γρήγορα γίνεται. Από τα πιο συχνά αιτιώματα στα παιδικά μάτια είναι η εισχώρηση ξένου αντικειμένου. Σε τέτοια περίπτωση το καλύτερο είναι να επισκεφθούμε άμεσα ένα νοσοκομείο ή οφθαλμιατρείο για να το αφαιρέσει κάποιος ειδικός. Αν δεν υπάρχει αυτή η δυνατότητα, προσπαθήστε να το αφαιρέσουμε μόνοι μας ριχνοντας στο μάτι άφθονη ποσότητα φυσιολογικού ορού ή, αν δεν είναι εφικτό, νερό βρύσης.

Υπάρχουν τροφές που βελτιώνουν την όραση;

Όταν η διατροφή του παιδιού είναι ισορροπημένη, δεν χρειάζονται ειδικές τροφές για τα μάτια. Ένα πλήρες διατολόγιο, που περιλαμβάνει γάλα, κρέας, ψάρια, φρούτα και λαχανικά, καλύπτει όλες τις ανάγκες του παιδιού, όπως και αυτές που αφορούν την όρασή του.

Με τη συνεργασία του όρου Αναστάσιου Κανελλόπουλου, χειρουργού - οφθαλμίατρο, καθηγητή Οφθαλμολογίας στο Πανεπιστήμιο της Νέας Υόρκης

