

# Lekarz radzi: problemy z widzeniem u dzieci (dr n. med. Agata Plech)

Data publikacji: 20.03.2019 13:30

Co znaczy “dobrze widzieć”? Czy możemy zadbać o wzrok dziecka? Kto leczy wzrok dzieci? Czy czekać z wizytą aż oczy zaczną boleć? I dlaczego powinniśmy zbadać wzrok naszych pociech najpóźniej w wieku przedszkolnym, nawet gdy nic nie budzi naszych podejrzeń?



*fot. Anna Kokoszka/ mat. pras.*

Odpowiedzi na te pytania powinien poznać każdy odpowiedzialny rodzic, a dziś odpowiedzi udziela nam dr n.med. Agata Plech, ordynator oddziału okulistycznego Szpitala Śląskiego w Cieszynie, specjalista chorób oczu. Jest to pierwszy z cyklu dwóch artykułów, który wprowadza rodziców w świat oczu ich dzieci. Do rozmowy zaprosiliśmy dr Agatę Plech, która dzieci bada od 20 lat i dziś podzieli się z nami wiedzą i doświadczeniem. W kolejnym artykule zostawi nam wskazówki i sygnały ostrzegawcze mówiące o tym, że ze wzrokiem naszego dziecka dzieje się coś niedobrego. Zapraszamy do lektury i życzymy zdrowia!

## 1. Dzień dobry Pani doktor. Od jak dawna pracuje Pani z dziećmi?

Dzień dobry! Jestem okulistą z prawie 20-letnim stażem, a badaniem dzieci zajmowałam się już w trakcie odbywania specjalizacji z okulistyki, w tamtym okresie koncentrując się na badaniach elektrofizjologicznych wykonywanych w wieku dziecięcym. Później przyszedł czas na pracę zagraniczną w Instituto Oftalmologico Vissum W Alicante w Hiszpanii, gdzie współtworzyłam Oddział dla Dzieci. To było bardzo ciekawe doświadczenie dla mnie osobiście i też świetna okazja, żeby rozwinąć kompetencje w zakresie badań i leczenia dzieci zwłaszcza z niedowidzeniem i zezem.

## 2. Jak wybrać specjalistę, który dobrze zbada dziecku wzrok?

Tu przede wszystkim chciałabym powiedzieć o jednej rzeczy. Proszę nie szukać okulistów dziecięcych, nie ma takiej odrębnej specjalizacji. Rodzice poszukujący pomocy dla dziecka kierują się po prostu do okulisty. Należy jednak najlepiej w trakcie rejestracji dowiedzieć się, czy dany lekarz przyjmuje dzieci i od jakiego wieku. Jakiego specjalistę jednak wybrać? Należy rozróżnić w tym gronie lekarza, optometrystę i ortoptystę — to trzech specjalistów, którzy mogą pomóc dziecku. Lekarz w diagnozie i planie leczenia, optometrysta może zbadać wadę wzroku i dobrać okulary, a ortoptysta poprowadzi terapię widzenia. Wizyta u lekarza okulisty jest jednak niezbędna w początkowym etapie terapii, po to, by wykluczyć choroby oczu. Spotykam się czasem z taką sytuacją, w której rodzice podejrzewają, że dziecko widzi niewyraźnie, kierują się więc do zakładu optycznego na badanie. Tam optometrysta bada wzrok, przepisuje okulary i... wydaje się, że wszyscy są zadowoleni z dobrze spełnionego zadania. A to nie tak. Raz do roku potrzebujemy pełnego badania oczu, a to nie polega tylko na ocenie wady refrakcji, ale także na badaniu stanu narządu wzroku i ewentualnych chorób współistniejących i podjęciu leczenia. Jeśli obejmuje ono terapię widzenia (zeza, niedowidzenia, zaburzeń motorycznych) to zajmuje się tym ortoptysta, jeśli wymagane są okulary optometrysta. Taki jest właściwy kierunek.

## 3. Czym jest widzenie i czy każdy okulista zajmuje się również problemami tego typu?

W potocznym rozumieniu widzenia jest wiele niejasności. Widzenie często bywa utożsamiane z “wyraźnym widzeniem” bez okularów. W takim rozumieniu — widzę, to znaczy, że wszystko, na co patrzę, jest wyraziste, kolory żywe, a ja nie używam korekcji, a więc nie mam wady wzroku. Tylko część z nas ma tę zdolność. Wielu jednak będzie wymagało korekcji okularowej, by ostrość wzroku była prawidłowa.

Tymczasem widzenie to proces bardzo złożony, zależny od sprawności układu optycznego oka, prawidłowej budowy jego struktur i czynności nerwów wzrokowych i mózgu. Kolejnych właściwości widzenia, takich jak jednoczesne spostrzeganie, składanie obrazów w jeden, widzenie przestrzenne uczymy się od urodzenia do mniej

więcej 8-10 roku życia. Uczymy się ich, jeśli oczom we właściwym momencie i na czas zapewnione są prawidłowe warunki rozwoju, a więc korekcja okularowa i czasami odpowiednio dobrane ćwiczenia. Po 10 roku życia problem niedowidzenia zostanie już z nami na całe życie, dlatego tak ważne jest wczesne wykrycie tej choroby.

Czy każdy okulista zajmuje się problemami tego typu? Każdy potrafi dobrać korekcję okularową i zbadać oczy pod kątem chorób. Wielu potrafi również zalecić i pilotować terapię wzrokową, którą najczęściej prowadzi ortoptysta, stąd warto w czasie rejestracji upewnić się, czy dany lekarz pracuje z dziećmi.

#### **4. Jakby miała Pani ocenić na podstawie własnych doświadczeń — w ilu przypadkach przyprowadzonych na badania dzieci stwierdza się problemy z widzeniem?**

Nie chciałabym się odnosić do badań epidemiologicznych, gdyż wiem, że nie wszystkie dzieci trafiają przesiewowo do gabinetów okulistycznych. U okulisty najczęściej pojawiają się dzieci skierowane przez pediatrę, który podejrzewa jakiś problem z oczami, zeza, słabe widzenie itp albo gdy to rodzice lub szkolni wychowawcy zaobserwują, że dzieci mają problemy wzrokowe. Wśród tych dzieci, które mam okazję badać w gabinecie mniej więcej połowa wymaga okulistycznej interwencji. Najwięcej zaobserwowanych problemów to: wady wzroku, niedowidzenie różnego stopnia, zez, niedomoga konwergencji (zbieżności gałek ocznych) czasem alergię. W każdym z tych przypadków jest jakieś rozwiązanie, skuteczne jeśli terapia jest wdrożona wcześnie.

#### **5. Jak duża jest szansa na wyleczenie problemów z widzeniem?**

Tym większa, im młodsze dziecko zaczyna terapię, ale to wymaga albo czujności rodzica w wychwyceniu objawów niedowidzenia albo badania profilaktycznego - a najczęściej jedno wpływa z drugiego. U przedszkolaków czasem trudno zauważyć problemy z widzeniem i mogą one być wychwyczone dopiero w trakcie badania okulistycznego. Tu chciałabym omówić jeszcze inną kwestię. Czasem rodzice w dobrej wierze zasięgają rady w internecie albo wśród innych rodziców. Porady, które otrzymują, są z natury rzeczy mało wiarygodne, bo udzielane najczęściej na bazie pojedynczych doświadczeń: *moje dziecko miało podobnie, przemyj oczka herbatą, pomoże!* Tymczasem lekarz ma całe spektrum wiedzy i doświadczenia i widzi to konkretne oko małego pacjenta, którego objawy mogą być podobne do innego dziecka, ale jednak choroba i problem zupełnie inny! Jeśli przeoczymy samą wadę wzroku, to jeszcze nie jest dramat, bo okulary można zalecić skutecznie na każdym etapie życia. ***Jednak jeśli, rezygnując z wizyty u lekarza, przeoczymy inne schorzenia w tym niedowidzenie, to jest już inna historia. Pamiętajmy, że im wcześniej wykryty problem, tym większa szansa na wyleczenie!***

#### **6. Jak leczy się problemy z widzeniem? Jest na to zabieg, lekarstwa, czy ćwiczenia?**

Problemy z widzeniem koryguje się po pierwsze za pomocą właściwie dobranej korekcji okularowej lub soczewkowej (w zależności od wieku dziecka i jego preferencji). Jeśli pomimo takiej pomocy optycznej dziecko nie widzi w pełni i jednakowo każdym z oczu, to lekarz zaleci leczenie niedowidzenia: zasłanianie lepiej widzącego oka, ćwiczenia w pracowni leczenia niedowidzenia oraz następnie w domu. Chcę tu podkreślić, że takie leczenie stosuje się tylko wtedy, gdy obserwujemy problem z widzeniem, nie ma konieczności ćwiczeń profilaktycznych. Czasem jednakże w przypadku współistniejącego zeza istnieje konieczność przeprowadzenia zabiegu operacyjnego.

#### **7. Do czego może doprowadzić nieleczony problem z widzeniem?**

Jeśli w przypadku stwierdzonego niedowidzenia nie wdroży się leczenia (zasłanianie, ćwiczenia) w odpowiednim momencie, a więc do 8-10 roku życia dziecka, to szanse na rozwój prawidłowego widzenia znacznie maleją. Zależy to od plastyczności mózgu, a właściwie kory mózgowej, wzrokowej, która po tym okresie nie zajmuje się już rozwojem widzenia. W takim wypadku oko lub oczy będą utrzymywały obniżoną ostrość wzroku przez całe życie.

Pamiętam taki przypadek dziecka sprzed kilku lat, który mną wstrząsnął. Na ostry dyżur okulistyczny przywieziono dziecko po urazie jednego z oczu. 10-letni chłopiec, biegając po korytarzu w szkole, nadział się na wystającą żaluzję poziomą. Oko straciło widzenie. Było to jego lepsze oko, gdyż to drugie było niedowidzące, a chłopiec nie był leczony w młodszy wieku. Nieprawdopodobna tragedia.

#### **8. Skąd biorą się problemy z widzeniem? Czy można jakoś uniknąć wystąpienia problemów z widzeniem u dziecka? Może poprzez wykonywanie odpowiednich ćwiczeń?**

Problemy z widzeniem najczęściej mają podłoże wrodzone- zakodowane w budowie i wielkości gałki ocznej. Czy możemy ich uniknąć? To bardzo ciekawe pytanie. Tych zakodowanych genetycznie, zależnych od długości i własności optycznych oka nie możemy uniknąć. Możemy jednak wpłynąć na to, co zależy od nas, a co ma nie

mniej znaczenie dla wystąpienia np. krótkowzroczności. Mówię tu o stylu życia, naszych zachowaniach oraz o właściwej diecie. Styl życia, który wpływa na rozwój wady wzroku to przede wszystkim powszechne używanie monitorów, smartfonów i praca z bliskich odległości. Takie zachowanie napina soczewkę w oczach i przyspiesza rozwój krótkowzroczności. Pamiętajmy więc o odpowiedzialnym korzystaniu z takich właśnie mediów przy pracy oraz o robieniu w niej przerw na spoglądanie na inne odległości niż ... telefon komórkowy.

Inne zachowania na które mamy wpływ jako rodzice, to zachowanie ciemności w czasie gdy dziecko śpi. To dla oka niezbędne dla jego regeneracji i prawidłowego wzrostu. Unikajmy również hormonów w pożywieniu, sprawdzajmy to, co jemy, tak by nie stymulować nadmiernie organizmu do wzrostu, bo wada wzroku wtedy również może rosnać.

A przede wszystkim badajmy profilaktycznie siebie i swoje dzieci u lekarza okulisty. To pozwoli uniknąć wielu problemów ze wzrokiem.

**Bardzo dziękuję za rozmowę! Nie pozostaje mi nic innego, jak sprawdzić stan lodówki i zerknąć, kiedy ostatnio byłam z rodziną na badaniach.**

Dziękuję bardzo i zdrowia życzę!

JŚ