

# „Stop – krótkowzroczność” – jakie zainteresowanie w powiecie?

Data publikacji: 26.03.2021 7:30

Ostatnio dużo uwagi poświęca się kontrowersjom dotyczącym szczepionki przeciw COVID-19 czy powikłaniom po dwukrotnym szczepieniu. Jednak nie mniej ważnym powikłaniem, a właściwie następstwem pandemii są inne choroby, które nieleczone na czas sprawiają, że chorzy trafiają do lekarza bardzo późno, czasem zbyt późno. Mówi się też o nasilającej się depresji, otyłości, zwyrodnieniach kręgosłupa - wynikających między innymi z pracy zdalnej. Jednym z nasilających się ostatnio problemów są te ze wzrokiem, z postępującą wadą wzroku. Najbardziej zagrożone są oczy dzieci i młodzieży u których coraz częściej pojawia się krótkowzroczność.

Fot: pogładowe. Źródło: pixabay.com

Stowarzyszenie „Przejrzyj na oczy” chcąc pomóc, edukować dzieci, młodzież i nas dorosłych (rodziców, nauczycieli) prowadzi akcję społeczną „Stop – krótkowzroczność” o której pisaliśmy [tutaj](#). Jak akcja się przyjęła wśród zainteresowanych, ile szkół się włączyło, na co mogą liczyć szkoły, rodzice jak i uczniowie zapytaliśmy po trzech tygodniach trwania główną organizatorkę i Prezesa Stowarzyszenia okulistę dr n. med. Agatę Plech.

## **- Pani doktor jakie jest zainteresowanie szkół naszego powiatu oraz osób prywatnych akcją po trzech tygodniach?**

*- Muszę przyznać, że zainteresowanie szkół powiatu nie jest tak duże jak oczekiwaliśmy. Wręcz jest tak, że inne szkoły rozsiane po całej Polsce zareagowały na naszą propozycję lepiej i bardziej entuzjastycznie niż szkoły z naszego terenu. Być może stoi za tym przeciążenie placówek oświatowych zmianami dotyczącymi edukacji w obecnych warunkach i niezbyt wnikliwe odczytywanie wiadomości mailowych, albo nie dość ekspansywna informacja o naszej akcji w mediach. W sumie w akcji jak do tej pory wzięło 27 szkół i ta liczba cieszy, bo daje nadzieję, że dotarliśmy z naszą misją do wielu dzieci i ich opiekunów.*

## **- Jaki cel przyświeca Wam – organizatorom, co ma uświadomić i na co mogą liczyć uczestnicy akcji?**

*- Celem akcji jest wyrobienie w młodym pokoleniu właściwych nawyków pracy wzrokowej, co ma wpływ na to jak będzie w przyszłości wyglądała ich potencjalna wada wzroku. Wiadomo bowiem, że na rozwój krótkowzroczności wpływa w znacznej mierze to w jaki sposób używamy swojego widzenia, czy „gimnastykujemy” soczewkę w swoim oku podczas patrzenia na obiekty w różnej od nas odległości. To właśnie może sprawić, że nasze oko nie zareaguje rozwojem czy nasileniem krótkowzroczności na nadmiar pracy wzrokowej z bliska, a więc na to że w obecnych czasach zbyt długo patrzymy w monitory, smartfony czy książki. Tak więc uświadamiając nauczycieli i rodziców, a także edukując dzieci i wymagając od nich właściwie przeprowadzonych przerw w pracy wzrokowej możemy sprawić, że zahamujemy rozwój tej wady wzroku wśród dzieci i młodzieży.*

## **- Czy Stowarzyszenie liczyło na to, że już po 3 tygodniach zacznie brakować materiałów przygotowanych do rozprowadzania i czy można jakoś włączyć się w pomoc przy tym wydarzeniu?**

*- Przyznam, że nie mieliśmy sprecyzowanych założeń ile takich materiałów, a mam tu na myśli naklejki dla każdego dziecka w klasach 1-3 oraz materiały dla nauczycieli, będzie nam potrzebne. Liczyliśmy się z tym, że w miarę potrzeb po prostu będziemy te materiały dodrukowywać. W Stowarzyszeniu Przejrzyj Na Oczy liczymy bowiem każdą złotówkę i naprawdę rozsądnie ją wydajemy. Utrzymujemy się przecież wyłącznie ze wsparcia osób prywatnych oraz firm, w tym głównie Centrum Medycznego BeskidMed, a wszelkie prace zarówno marketingowe ( w tym płatne reklamy) jak i te wynikające z przygotowywania materiałów, opracowywania ich, nagrywania są wykonywane przez nas nieodpłatnie, charytatywnie i najczęściej w tzw. czasie wolnym. Wracając jednak do pytania, tak można wesprzeć nasze działania, te dotyczące akcji STOP- krótkowzroczność, jak i wszystkich innych, które prowadzimy,*

wpłacając dobrowolną kwotę na konto stowarzyszenia ( nr konta : 75114020040000390280477661), wspierając nas za pomocą serwisu Patronite (<https://patronite.pl/przejrzyjnaoczy>), zapisując się do klubu Przejrzyj Na Oczy ( <https://przejrzyjnaoczy.pl/klub-p-n-o/>) lub kupując e-booka Przejrzyj Na Oczy (<https://przejrzyjnaoczy.pl/produkt/e-book-przejrzyj-na-oczy/>), ze sprzedaży którego cały dochód przeznaczany jest na działalność Stowarzyszenia.

**- Na koniec jak można przyłączyć się do akcji, która z tego co wiem trwa cały czas?**

- Oczywiście, że akcja trwa bo nie gaśnie w nas wiara w jej sens! Można do niej dołączyć w każdej chwili jako instytucja, a więc szkoła i napisać do nas na adres [biuro@przejrzyjnaoczy.pl](mailto:biuro@przejrzyjnaoczy.pl) prosząc o przesłanie informacji i materiałów. W wiadomości zwrotnej opisujemy kolejne kroki. Można też śledzić postęp akcji obserwując nasze media społecznościowe czy stronę www. W drugim kwartale tego roku chcemy jednak zwrócić uwagę na inne niż narastająca krótkowzroczność aspekty dotyczące zdrowia oczu. W kwietniu przeprowadzamy bowiem akcję badań przesiewowych w kierunku chorób siatkówki, w tym retinopatii cukrzycowej oraz jaskry. Z ofertą dla szkół wrócimy jednak wraz z nowym rokiem szkolnym

Obecnie każdy z nas spędza zbyt wiele czasu przed monitorem laptopa, komputera, z telefonem, Smartfonem, narażając swój wzrok na działanie niebezpiecznych promieni. Bolące oczy, pieczenie oczu, suche gałki to tylko niektóre objawy zbyt długiego narażania narządu wzroku na jego uszkodzenie. Może warto zainteresować się tym co Stowarzyszenie ciekawego przekazuje w swojej akcji „Stop – krótkowzroczność”.

AK