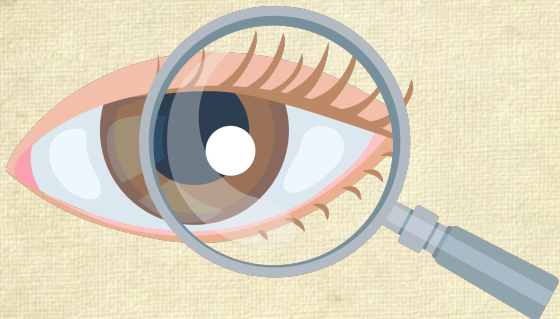


ВНИМАНИЕ РОДИТЕЛЯМ

Чтобы сохранить здоровье глаз ребёнка, родители должны действовать на опережение. Если не обращать внимания на нарушение зрения в детстве, это может привести к необратимой потере зрения во взрослом возрасте.

Родители должны знать о состоянии зрения своих детей и вовремя предупредить его ухудшение.

Дети обычно не жалуются, что плохо видят, а признаки снижения зрения не всегда очевидны.



ТРЕВОЖНЫЕ СИМПТОМЫ

В дошкольном возрасте и младше детям труднее выразить свои ощущения словами, поэтому родителям необходимо быть особенно внимательными, чтобы не пропустить эти симптомы:

- ➡ частое моргание;
- ➡ покраснение глаз;
- ➡ прищуривание при попытке рассмотреть что-то вдалеке;
- ➡ быстрое утомление при работе, когда требуется зрительное сосредоточение (лепка, рисование);
- ➡ приближение к глазам книг, рисунков.

Регулярная проверка зрения необходима для как можно более ранней диагностики нарушений и своевременного назначения лечения.

ГЛАЗКИ БОЛЯТ

Самыми распространёнными заболеваниями глаз являются: близорукость, дальнозоркость и астигматизм.

Врождённые нарушения возникают из-за неправильного формирования органа зрения, причины которого кроются в наследственных заболеваниях или во влиянии на малыша вредоносных факторов в период беременности. Причиной **приобретённой** патологии могут быть:

- ➡ травмы головы и глаз;
- ➡ инфекционные заболевания;
- ➡ паразитарные заболевания;
- ➡ повышение внутриглазного давления;
- ➡ нарушение работы зрительного нерва;
- ➡ осложнённое течение других заболеваний.

ДЕТИ ДОЛЖНЫ ЗНАТЬ

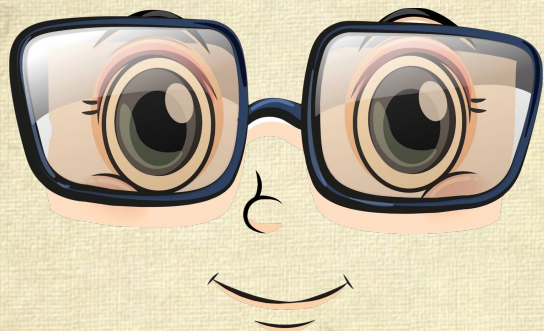
Необходимо знакомить детей с правилами охраны зрения, которые включают в себя следующее:

→ соблюдение правильной позы при выполнении графических работ, дидактических упражнений за столом, а также рассматривании картинок;

→ умение правильно пользоваться дополнительным (местным) освещением);

→ умение пользоваться вспомогательными средствами (лупами, подставками для книг);

→ соблюдение режима чередования зрительной работы с расслаблением зрения.



ЭТО ВАЖНО!

**Стимулируйте зрение
посредством игры**

**Обратите внимание на
питание ребёнка**

**Глазки должны
отдыхать (от чтения,
телевизора, гаджетов)**

**Научите ребёнка не
смотреть прямо на
солнце**

**Нельзя тереть глаза,
если в них что-то
попало и мешает**

КАК СБЕРЕЧЬ ЗРЕНИЕ РЕБЁНКА



**ИНФОРМАЦИЯ
ДЛЯ
РОДИТЕЛЕЙ**