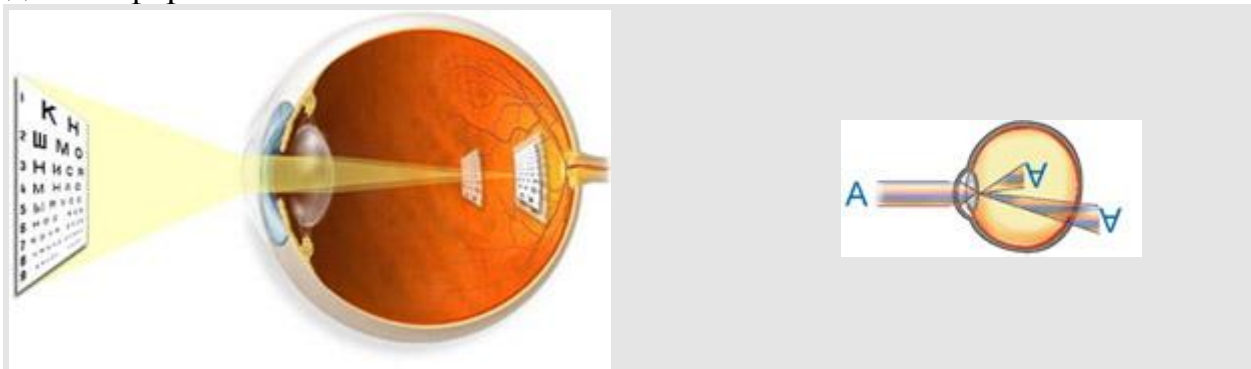


## АСТИГМАТИЗМ - лечение АСТИГМАТИЗМА

**Астигматизм** – это патология рефракции глаза, при которой нарушается сферичность роговицы, т.е. в разных меридианах разная преломляющая сила и изображение предмета при прохождении световых лучей через такую роговицу получается не в виде точки, а в виде отрезка прямой.

Человек при этом видит предметы искаженными, в которых одни линии четкие, другие – размытые.

Врожденный астигматизм до 0,5 диоптрий встречается у большинства людей и относится к "функциональному", который практически не влияет на остроту зрения. Однако, как показывает практика, астигматизм уже в 1 диоптрий и более понижает зрение и ухудшает зрительный комфорт. Такая разновидность патологии выявляется приблизительно в 10% случаев среди 25% детей. Таким пациентам с астигматизмом необходима ранняя коррекция зрения с помощью цилиндрических (сфероцилиндрических) очков. В этом заключается главная профилактика **амблиопии**, **косоглазия** и зрительного дискомфорта.



*Астигматизм - изображение предметов искаженное, одни линии четкие, другие размытые*

### Астигматизм – причины и сроки возникновения

Причины возникновения астигматизма до конца не изучены. В большинстве случаев астигматизм носит **врожденный и наследуемый характер**, выявляется в детском возрасте. Однако **причиной астигматизма** могут быть **операции или глазные травмы**. Изображение предметов при астигматизме нечеткое, местами размытое, прямые линии выглядят изогнутыми. Кроме дефектов зрительного восприятия, астигматизм обычно сопровождается быстрой утомляемостью глаз, понижением зрения, головными болями.

**ЭТО ВАЖНО:** Если в семье есть больные астигматизмом – ребенок должен быть обязательно осмотрен офтальмологом. Астигматизм выявляется только при полном офтальмологическом обследовании. Сам больной астигматизмом ощущает лишь снижение остроты зрения. Для правильного определения степени астигматизма и, особенно его осей, необходимо тщательное компьютерное обследование. Даже небольшие ошибки в

диагностике могут привести к полной непереносимости очков или линз, а также к ухудшению зрения.

## **ЛЕЧЕНИЕ АСТИГМАТИЗМА**

### **ПРОФИЛАКТИКА АСТИГМАТИЗМА**

- **РЕЖИМ ОСВЕЩЕНИЯ** – зрительные нагрузки только при хорошем освещении, с использованием верхнего света, настольной лампы 60-100 Вт, не использовать лампы дневного света.
- **РЕЖИМ ЗРИТЕЛЬНЫХ И ФИЗИЧЕСКИХ НАГРУЗОК** – рекомендуется чередовать зрительные напряжения с активным, подвижным отдыхом.
- **ГИМНАСТИКА ДЛЯ ГЛАЗ** - через 20-30 минут занятий рекомендуется проводить гимнастику для глаз.

### **Консервативное ЛЕЧЕНИЕ АСТИГМАТИЗМА**

- **РАННЯЯ ДИАГНОСТИКА АСТИГМАТИЗМА** – полное офтальмологическое обследование, включая компьютерное исследование осей глаза.
- **Правильная коррекция зрения** – с помощью очков со специальными цилиндрическими линзами или специальных контактных линз (торических линз) подобранных офтальмологом.
- **ТРЕНИРОВКА МЫШЦ** – ответственных за аккомодацию глаза (лазерная стимуляция, видеокомпьютерная коррекция зрения, закапывание лекарственных препаратов, специальные курсы глазной гимнастики ) – под наблюдением офтальмолога.
- **Общеукрепляющие мероприятия** - плавание, массаж воротниковой зоны, контрастный душ и т.д. по рекомендации офтальмолога.
- **ПОЛНОЦЕННОЕ ПИТАНИЕ** – сбалансированное по белку, витаминам и микроэлементам таких, как Zn, Mn, Cu, Cr и др.

### **СОВРЕМЕННЫЕ МЕТОДЫ КОРРЕКЦИИ АСТИГМАТИЗМА**

**Очки** – самый распространенный метод коррекции астигматизма, особенно в детском возрасте.

При астигматизме используются очки со специальными **цилиндрическими линзами** – положительными или отрицательными – в зависимости от вида астигматизма.