

小儿弱视的预防和治疗，你知道多少

高溶

(雅安市雨城区人民医院 四川 雅安 625000)

经过检查并未发现眼球有器质性病变,然而单只眼睛或两只眼睛矫正视力仍不能达到 1.0 者,被称为弱视。目前我国定义为弱视的标准是矫正视力小于等于 0.8,或者两只眼睛视力差大于等于 2 行。弱视对儿童视功能伤害非常大,如果不及及时有效治疗,弱视会逐渐变严重。那么对于小儿弱视,该怎样预防与治疗呢?

一、小儿弱视的治疗

1、治疗原则

(1) 恢复视功能:消除对眼睛的各种抑制,提高眼睛视力,矫正眼睛的位置,训练黄斑固视与融合功能,恢复两只眼睛的视功能。弱视的治疗效果与病人年龄和固视性质都有一定关系,五六岁时治疗效果最好,八岁后效果较差,中心固视比较好,而旁中心固视比较差。

(2) 治疗概要:发现弱视后要及时配戴合理的矫正眼镜,矫正眼睛的屈光不正。将健眼遮盖住,强迫自己用弱视眼睛注视并且做一些很精细的工作。使用过矫或者欠矫镜片再配合点阿托品来压抑住健康眼睛的功能。可使用 620 纳米到 700 纳米波长的红胶片贴在旁中心注视眼的镜片上。

弱视最好的治疗年龄是 2 岁到 6 岁,通常超过 12 岁之后治疗起来会比较困难,很难将视力提高,原因是 2 岁到 6 岁时期正是婴幼儿视觉最为敏感的时期,所以治疗效果非常好,而且也更容易巩固。

2、治疗措施

(1) 矫正弱视的病因:首先要选配一幅合适的矫正眼镜,矫正患儿的屈光不正。可及早治疗先天性或外伤性的白内障,也可纠正完全性的上睑下垂。

(2) 遮盖疗法:分为完全遮盖和部分遮盖。目的是将健眼遮盖住,强迫病人用弱视的眼睛看东西或是从事精细工作。具体遮盖时间和方法要根据患儿的年龄、视力情况与注视性质来选择。幼年患儿通常遮盖健眼 3-6 天,遮盖弱视眼 1 天。3-6 周复诊一次。一直遮盖到双眼视力相等或是不再提高,再改用部分遮盖。如果被遮盖的眼睛出现弱视,就遮盖另一只眼睛一段时间,要密切随诊。当弱视眼睛经过治疗后,视力恢复到 1.0 以后,可将完全遮盖改成部分遮盖,每天打开健康眼睛两个小时,一个月后,如果视力没有发生变化,再改为每天打开 4 小时,逐渐增加打开的时间,6 小时,8 小时,全天打开。

(3) 穿针穿珠训练法:患儿配戴矫正眼镜后,可练习用红线穿针或是穿珠子,每次穿二三百个珠子或是二三百根针,促进患儿多使用近视力,提高精细视力。

(4) 红光闪烁刺激法:患儿配戴矫正眼镜后,用弱视眼看观察孔中闪烁性的红光,每天看两次,每次看 10 到 15 分钟为宜。

(5) 幼儿治疗方法:通过儿童视力表检查幼儿的视力情况,也可通过不同大小的玩具在不同距离外来估计幼儿的视力。最为准确的

方法就是视觉诱发电位法。一两岁的幼儿发现有一只眼睛弱视,经医生指导,使用 1%的阿托品油膏涂抹健康一侧的眼睛,每天一次,连续治疗三个星期后再休息一个星期,四周为一疗程。每做完两个疗程后要眼睛进行一次检查,再决定是否继续治疗。以上治疗可持续到幼儿能够做扩瞳验光,配戴眼镜为止。使用阿托品油膏的目的是可以暂时让健康眼睛的视力变模糊,强迫先用弱视的眼睛看外界的事物来提高视力。

二、如何预防小儿弱视

1、优生优育预防小儿弱视:其一要避免发生近亲结婚,减少常染色体异常引发的色盲或斜视,还有先天性白内障等问题;其二在孕期时要做好传染病的预防,分娩时慎用产钳等;最后要提高在孕期里的保健护理,减少孕期中对胎儿脑和视神经的损害。

2、及时治疗各种疾病,预防弱视的发生:及早发现可能会导致弱视的疾病。比如发现有斜视、先天性白内障、屈光不正、眼睑血管瘤以及屈光参差等时要积极有效治疗,避免诱发弱视。不要长时间遮盖孩子的眼睛,会影响孩子眼睛发育,也会引起弱视。

3、注意营养补充,多到室外活动,可促进眼睛发育,预防弱视:5 岁之前是孩子眼睛的视力正处于发育阶段,要多补充可保护眼睛健康的元素,比如维生素 A、维生素 B2、维生素 C 以及钙和锌等营养元素。而且还要多带孩子到室外活动,在自然光线的刺激下,可促进眼睛发育成熟,预防弱视。

4、营造舒适健康的生活氛围:要多督促孩子必须注意用眼卫生。采光必须充分,光线照明度要适宜。幼儿看的图片或文字一定要清晰,培养孩子养成一个良好的用眼习惯。多做一些锻炼眼睛的游戏,比如分拣不同颜色的珠子等,都可帮助孩子早期发现弱视。

5、父母要细心观察孩子,及早发现眼睛异常行为,及时发现弱视:弱视的孩子除了视力不好,还会发生其他表现,比如斜视、眯眼睛、看东西要歪头或是看东西需要贴得很近等。如果发现孩子有这些表现时,要尽早到医院进行检查、确诊,通常会有一半的斜视病人都合并弱视。

6、定期为孩子做视力检查和屈光状态检查,及时发现弱视:弱视治疗的重点就是要及早发现及早治疗。通常孩子两岁半之后需要每隔半年做一次视力检查、屈光状态、眼位以及是否有眼底疾病等。发现有异常后要时确诊进行有效治疗,避免错过最佳的治疗时间。

7、训练孩子做眼保健操:上了小学之后,孩子要每天坚持做眼保健操,眼保健操的动作并不复杂,通常 3 岁以上的孩子就可以熟练的掌握,妈妈们要细心教授,并与孩子一起练习,每天两次,不仅可以缓解眼睛疲劳,更可以保护视力。