

العناية العامة بعيون الأطفال وسلامتها

General Eye Care and Safety for Children (Arabic)

يجب فحص عيون جميع الأطفال من قبل طبيب عيون في سن الرابعة. ومع ذلك، إذا كان لدى طفلك أي علامات على وجود مشاكل في الرؤية، فيجب عليه مراجعة الطبيب على الفور. فإذا لم يتم الاهتمام بها مبكرًا، فقد يؤدي ذلك إلى مشاكل في الرؤية مدى الحياة.

العلامات على وجود مشاكل في الرؤية

عند الرضع:

- اهتزاز أو رعشة العينين
- التحديق في الأضواء
- حَوَل العين، أو استدارتها للخارج، أو للداخل.
- عدم النظر إلى الوجوه أو الألعاب ذات الألوان الزاهية بعمر 3 أشهر
- عدم زوال الحالة حتى عمر 3 أشهر.
- بؤبؤ العين غير طبيعي أو تلوّنه بالأحمر/البرتقالي

عند جميع الأطفال:

- اغلاق أو تغطية إحدى العينين أو كلاهما
- حرقان العين أو الحكّة
- الصداع أو التعب بعد القيام بعمل ما عن قرب
- تدقيق النظر، والرمش، وفرك العين بمعدلات كبيرة
- الاحمرار المفرط أو الدموع في إحدى العينين أو كلاهما
- إمالة الرأس لأعلى أو لأسفل أو إلى الجانب عند النظر إلى الأشياء
- الضبابية في واجهة العين أو داخل العين
- تكوّن الدمامل (بثور صغيرة مؤلمة على الجفون) في كثير من الأحيان
- كثيرًا ما تصبح عيون الطفل حمراء بدون سبب معروف
- التصاق الجفون ببعضها البعض عندما يستيقظ الطفل أو تكوّن قشرة على الجفون أو الرموش

نصائح لسلامة العين

- يجب تجنب الألعاب والأشياء الحادة والمكسورة
- ارتداء النظارات الرياضية والنظارات الشمسية
- عدم اللعب بالقرب من ماكينات جز العشب
- تجنب بنادق الرش والبلي و [®]NERF وألعاب رمي السهام
- يجب الاحتفاظ بالمواد الكيميائية والبخاخات و مسحوق الغسيل/غسل الصحون مغلقة وبعيداً عن متناول اليد