

# Миопия у детей

## Что такое миопия?

Миопия (ми-о-пи-я), или близорукость, — это нарушение зрения, при котором **удаленные предметы выглядят размытыми**. К 2050 году миопия будет у приблизительно 50 % людей в мире, а миопия высокой степени — у приблизительно 10 %.

## Причины

Миопический глаз длиннее нормального, что приводит к фокусировке света перед сетчаткой. Миопии способствуют **как генетические, так и внешние факторы**.

## Признаки и симптомы

В число симптомов миопии входят усталость глаз, головные боли, прищуривание, тенденция тереть глаза, чрезмерное моргание и неспособность ясно видеть удаленные предметы.

## Миопия высокой степени

Миопия высокой степени возникает при дефекте рефракции более –6 диоптрий. Люди с миопией высокой степени подвержены **большему риску** других глазных заболеваний, в том числе разрывов и отслоения сетчатки, катаракты, миопической макулярной дегенерации или глаукомы.

## Развитие миопии можно предотвратить!



### Специальные очки

Индивидуально подобранные очки для контроля миопии могут замедлить ее развитие.



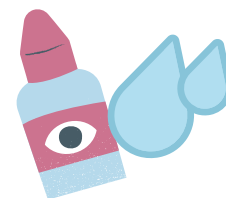
### Специальные контактные линзы

Мультифокальные и ортокератологические (ortho-k) контактные линзы могут замедлить развитие миопии.



### Изменения образа жизни

Наступление миопии можно отсрочить, если проводить не менее двух часов в день на свежем воздухе, правильно питаться и проводить меньше времени перед экранами и за работой, требующей рассматривания близких предметов.



### Атропиновые глазные капли

Лекарственные глазные капли с атропином могут замедлить развитие миопии.

Регулярно записывайте ребенка на осмотр у окулиста. Ранняя диагностика обеспечивает более успешное лечение. Регулярные проверки следует начинать в возрасте от 6 до 12 месяцев: если что-то кажется ненормальным, провести полный офтальмологический осмотр ребенка никогда не бывает слишком рано. Дети школьного возраста должны проходить ежегодный осмотр. Большинство страховок, в том числе Medicaid, покрывают стоимость полного офтальмологического осмотра и минимум одной пары очков.

Для получения дополнительной информации позвоните в Офтальмологическую программу Департамента здравоохранения NYC (NYC Health Department Vision Program) по номеру 855-771-3937 или посетите сайт [nyc.gov/health/vision](http://nyc.gov/health/vision).