

## 근시란?

근시(Myopia, 마이오피아)는 멀리 있는 물체가 흐리게 보이는 시력 질환입니다. 2050년까지 전 세계 인구의 약 50%가 근시를 경험하고, 약 10%는 고도 근시를 경험하게 될 것입니다.

## 원인

근시안은 정상보다 더 길어서 빛이 망막 앞에서 초점을 맺도록 합니다. **유전 및 환경적 요인** 모두가 근시에 영향을 미칩니다.

## 징후 및 증상

근시의 증상으로는 눈의 피로, 두통, 눈 찡그리기, 눈 비비기, 과도한 눈 깜박임, 멀리 있는 물체를 명확하게 보기 힘든 증상 등이 있습니다.

## 고도 근시

고도 근시는 굴절오차가 -6 디옵터 이상일 때 발생합니다. 고도 근시를 가진 사람은 망막 열공 및 박리, 백내장, 근시성 황반변성 또는 녹내장 등의 다른 안구 문제가 발생할 **위험이 더 높습니다**.

## 근시 진행은 예방할 수 있습니다!



### 특별한 안경

맞춤 근시 조절 안경은 진행을 늦출 수 있습니다.



### 특별한 콘택트 렌즈

다초점 및 각막 교정(ortho-k) 콘택트 렌즈로 진행을 늦출 수 있습니다.



### 삶의 방식 변화

하루에 최소 2시간 야외 활동, 더욱 건강한 식습관, 화면 및 근접 작업 시간 줄이기로 발병을 늦출 수 있습니다.



### 아트로핀 안약

약품이 포함된 아트로핀 안약은 진행을 늦출 수 있습니다.

자녀의 정기 시력 검진을 예약하세요. 조기 진단은 더욱 성공적인 치료를 의미합니다. 정기 검진은 6~12개월 사이에 시작해야 합니다. 무언가 정상적이지 않은 경우 전체 눈 검사를 받기에 너무 어린 연령은 없습니다. 학령기 아동은 연례 검사를 받아야 하며 Medicaid를 포함한 대부분의 보험은 전체 시력 검사 비용 및 최소 한 쌍의 안경을 보장합니다.

더 자세한 정보는 NYC 보건부 시력 프로그램(NYC Health Department Vision Program), 855-771-3937번으로 연락하거나 [nyc.gov/health/vision](https://nyc.gov/health/vision)을 방문하세요.