



**Проблема снижения зрения у детей школьного возраста давно уже перестала быть только медицинской. Это понимают врачи, родители, чиновники разных уровней. И один из самых острых вопросов: как обеспечить своевременную профилактику и лечение различных глазных заболеваний ребенку прямо в школе?**

# Охрана зрения детей — забота российских школ

■ Т. Шнырёва

**Е**сли обратиться к статистике, то цифры неутешительны: по различным данным, в России от 30 до 50% старшеклассников страдают нарушениями зрения. Практически каждый второй ребенок оканчивает школу с той или иной степенью близорукости. В странах Юго-Восточной Азии эта цифра достигает 85%. С чем это связано? В первую очередь с чрезмерными зрительными нагрузками на близком

расстоянии. Во-вторых, с неизбежной компьютеризацией всех современных процессов. Также исследователи отмечают такие причины, как недостаточная физическая активность, наследственность и неправильное питание.

Именно поэтому несколько лет назад у группы ученых из Ижевска возникла идея создания офтальмологического прибора, предназначенного для



лечения и профилактики у детей близорукости, спазма аккомодации, компьютерного зрительного синдрома и хронического зрительного утомления.

Разработка отечественных ученых — офтальмологический прибор «Визотроник» — успешно применяется не только в общемедицинской практике, но и в ряде российских школ в рамках мероприятий по охране зрения детей. По словам главного офтальмолога Удмуртской Республики Виктора Жарова, такой тренажер необходим в каждой школе. Именно Виктор Владимирович возглавил группу разработчиков «Визотроника». Так он отзываясь о своем детище: «Нам удалось оптимально скомбинировать методы оптико-рефлек-

торной терапии, создать прибор, отвечающий современным медицинским и техническим требованиям. Лечение происходит в автоматическом режиме, что значительно облегчает работу медперсонала школы. Не требуются расходные материалы, а также специально обученные сотрудники».

Во многих регионах страны особо остро стоит вопрос об организации лечения заболеваний глаз у детей непосредственно в общеобразовательных учреждениях. Сформировался ряд объективных доводов в пользу создания кабинетов охраны зрения в школах:

- в условиях школьного процесса можно выявить и своевременно вылечить спазмы аккомодации, которые приводят к развитию близорукости;
- дети с пониженным зрением могут регулярно проходить курс лечения, что уменьшает темпы прогрессирования близорукости и снижает риск развития осложнений;
- многие школьники не имеют возможности ездить на лечение в специализированные учреждения из-за недостатка времени или отдаленности. (Также детские больницы и поликлиники не всегда справляются с потоком желающих пройти лечение, иногда запись на курс аппаратного лечения идет на месяцы вперед);
- Для младших школьников решается проблема поиска сопровождающего на лечение, ведь родители, как правило, не имеют возможности отлучаться с рабочего места в течение дня;
- для детей с нормальным зрением обеспечена профилактика возникновения зрительных расстройств.

### **Школа № 97 г. Ижевска**

Идею организации лечебного процесса в стенах учебного заведения активно под-

держивает школа № 97 г. Ижевска, где создан целый медико-педагогический блок. Директора школы Ахтама Хабибзяновича Чугалаева можно смело назвать прогрессивным руководителем. Не так много школ в России имеют собственный полноценный кабинет офтальмолога: «У нас в школе врачи всегда уделяли особое внимание сохранению здоровья глаз детей. С этого года к мероприятиям по охране зрения мы «подключили» и лечение на приборе «Визотроник». Для этого у нас есть и отдельное помещение и специалисты».

В кабинете окулиста ведется прием и первичное обследование детей с патологией зрения. Остроту зрения могут проверять как специально обученные педагоги, так и медицинская сестра школы. Все остальные процедуры — прерогатива школьного офтальмолога Натальи Киреевой. В кабинете оборудовано подобие «темной» комнаты для осмотра глазного дна. В сложных случаях выдается направление на обследование в поликлинику или глазную клинику.

В начале каждого учебного года медперсонал проводит массовые осмотры школьников всех классов на предмет выявления пониженного зрения. В соответствии с результатами детей условно разделяют на несколько групп. Такая классификация помогает при дальнейшем наблюдении за динамикой развития зрения и назначении аппаратного лечения.

В медицинском кабинете на каждого ребенка заводится отдельная карта, где фиксируются результаты осмотров и другая медицинская информация. Обследование ребенка и сбор анамнеза, как правило, проводится в присутствии родителей, так как они могут проследить за регулярностью посещений тренировок и задать интересующие их вопросы. Родителям близорукго ребенка на руки выда-

ется памятка, где указаны причины формирования близорукости, рекомендации по профилактике ее прогрессирования, зрительный режим.

В школе № 97 «Визотроник» установлен в отдельном кабинете согласно правилам, указанным в прилагаемой инструкции, и с соблюдением норм освещения помещения. Врач назначает одну из трех программ лечения или их сочетание. Во время лечения пациент может смотреть на таблицу для проверки остроты зрения или вдаль (вид из окна). Не мешает и звуковой фон — желательно, спокойная релаксирующая музыка. Хотя врачи признаются, что дети предпочитают во время сеанса слушать свою любимую музыку через плеер или телефон. Это тоже важно, ведь необходим положительный настрой и мотивация на лечение.

После проведенного курса лечения (10 тренировок) школьники вновь проходят полное обследование, все изменения заносятся в амбулаторную карту и в журналы.

После или во время лечения врач может дополнительно назначить глазные капли, витамины, биодобавки, а также очки-тренажеры для домашних тренировок. Школьный врач-педиатр в свою очередь уделяет внимание вопросам общей санации организма, закаливанию и соблюдению гигиенического режима.

В школе также успешно реализуется полезное и в то же время интересное и увлекательное для учеников нововведение. По школьному радио 2 раза в день объявляется 2-минутная гимнастика для глаз. В это время учитель прерывает урок и следит, чтобы дети в классе правильно и добросовестно выполняли упражнения.

Школьный офтальмолог Наталья Киреева уверена, что успех в профилактике и ле-

чении миопии в условиях школы будет достигнуто только при совместной деятельности врачей-окулистов и педиатров, учителей и родителей.

В летнее время в школах работают так называемые школьные лагеря. В это время в школе № 97 также занимаются лечением школьников с пониженным зрением. Комплекс мероприятий по оздоровлению включает в себя не только лечение на аппарате «Визотроник», но и другие общеукрепляющие процедуры, назначаемые врачом-педиатром. Основной принцип остается прежним — проверка до лечения, проведение лечения в количестве 10 процедур и последующий контроль.

Важную роль в данном случае играет и хороший психологический фон: школьники, не загруженные учебными проблемами, регулярно приходят на лечение и выполняют все рекомендации.

### **Центр образования № 18 г. Йошкар-Олы**

По инициативе генерального директора Центра образования № 18 г. Йошкар-Олы Григория Пейсаховича в 1998 году на базе школы был создан Центр восстановительного лечения (ЦВЛ).

В настоящее время в ЦВЛ действуют кабинет стоматологии, массажа, физиолечебница, водолечебница, функциональная диагностика, дневной стационар. К работе центра привлечены самые «дефицитные» специалисты: офтальмолог, невропатолог, кардиолог, ортопед, аллерголог, гастроэнтеролог, пульмонолог и др.

Отдельное внимание уделяется именно мероприятиям по охране зрения детей, которые включают в себя не только регулярный осмотр офтальмолога, соблюдение режима нагрузок и отдыха при чтении и пись-

ме, массаж шейно-воротниковой зоны, но и аппаратное лечение на «Визотронике».

Так, в 2009 году лечение на аппарате «Визотроник» прошли 494 школьника с приобретенной близорукостью и спазмом аккомодации, за 3 месяца 2010 года — 186 детей. У всех достигнуты положительные медицинские результаты: улучшение остроты зрения в среднем на 0,3, уменьшение субъективной коррекции в среднем на 1,5 дптр, повышение работоспособности глаз на 1,5–3,0 дптр.

В этом году руководство центра приняло решение о приобретении второго прибора. С весны 2010 года медперсонал Центра образования № 18 может предложить школьникам пройти курс терапии на «Визотронике» не только с лечебной, но и с профилактической целью.

Прием и лечение ведется в помещении самой школы по предварительной записи в удобное для детей и родителей время. Обслуживание устройства предельно простое, процесс лечения происходит в автоматическом режиме, поэтому процедуру проводит медицинская сестра центра. Задача медсестры заключается в регулировке настроек под пациента (установка межзрачкового расстояния и высоты держателя для подбородка, запуск методики лечения). Первоначальные настройки занимают всего несколько секунд, затем начинается непосредственно сам процесс тренировки, во время которого врач или медсестра «не привязаны» к ребенку и могут продолжать вести прием или другие процедуры.

Сеанс лечения длится 15–20 минут, курс лечения составляет 10 сеансов, пропускная способность аппарата за день — 24 человека. В год на одном приборе «Визотроник» лечение могут пройти 500–600 учащихся.

Вся информация о периодичности и результатах лечения вносится в специальный журнал учета. В нем отображается лишь объективное улучшение состояния зрения школьников. Однако хорошие медицинские показатели положительно сказываются как на общей успеваемости детей центра, так и на их психоэмоциональном состоянии.

Лечебно-оздоровительный комплекс включает в себя сам прибор «Визотроник», набор корректирующих линз, набор плакатов и специальный комплект мебели (медицинский стол и кресло).

Разработчики и производители прибора оказывают всевозможное содействие всем, кто вовлечен в лечебный процесс на аппарате «Визотроник». При необходимости проводятся обучающие семинары и тренинги для медперсонала, оказывается информацион-

ная и консультативная поддержка. Для врачей и медицинских сестер разработаны специальные методические рекомендации.

За несколько лет накопился уникальный опыт. Именно сочетание практических наработок и инновационных технологий делают «Визотроник» необходимым элементом оздоровительной политики.

Конечно, забота о зрении не должна целиком и полностью «ложиться на плечи» школ. Этим должны заниматься и медицинские учреждения, и родители, и сами дети. Для решения данного вопроса необходим комплексный подход.

Чтобы сохранить зрение, желательно соблюдать режим нагрузок и сна, правильно питаться, есть побольше овощей и фруктов. Например, морковь очень полезна для глаз. Вы видели когда-нибудь зайца в очках?



000 «Добродар»  
424007, Республика Марий Эл,  
г. Йошкар-Ола, ул. Крылова, 46  
e-mail: sales@dobrodar.ru  
www.dobrodar.ru

С вопросами и предложениями по реализации проектов Вы можете обратиться к руководителю инициативной группы Татьяне Шнырёвой по телефонам (8362) 55-30-42, 8 927 681-11-78.

Дополнительные сведения и подробную информацию в буклетах и на диске мы отправим Вам по почте.