



Okul çağındaki çocuklarda gözde kırma kusuru kontrolü

Öğrencilerin okul yaşamlarında başarılarını etkileyen sorunların başında göz bozuklukları geliyor. Uzmanlar, televizyonu ya da tahtayı yakına gelerek izlemeye çalışan, dikkatini uzun süre toplayamayan, çevresinde bu yüzden "yaramaz" olarak algılanan çocukların özellikle göz hekimine yönlendirilmesini öneriyor.

Çocuklarda görme bozukluklarının normal algılama, iletişim, öğrenme, sosyal etkileşim vücut ve denge gelişiminin tüm basamaklarını olumsuz etkileyebildiğine dikkat çeken Özel TOBB ETÜ Hastanesi Göz Hastalıkları Uzmanı Dr. Tülin Demireller Eroğlu, okula giden çocukların göz bozuklukları ve yol açtığı sorunlarla ilgili bilgi verdi. Dr. Eroğlu, "Okul çağı çocuklarında kırma kusurları, gözlerde yorgunluk, kızarıklık, sulanmalar, gözlerin ovuşturulması sonucu sık tekrarlayan düşük dereceli enfeksiyonların, konjonktivit ve blefarit gibi semptomlara yol açtığını vurgulayarak, "Yakın çalışmalardan sonra geçici bulanıklıklara, harflerin birbirine girmesine, satır atlamalara, çift görmelere, göz ağrılarına ve baş ağrılarına sebep olabilir. Astenopi adını verdiğimiz bütün bu semptomların giderilmesi için kırma kusurunun düzeltilmesi büyük önem kazanıyor" dedi.

Çevremizdeki görüntülerin ağ tabakada (retina) odaklanmasının, gözün yaklaşık 64 dioptri olan kırma gücü sayesinde olduğunu anımsatan Dr. Eroğlu konuya yönelik şu açıklamayı yaptı:

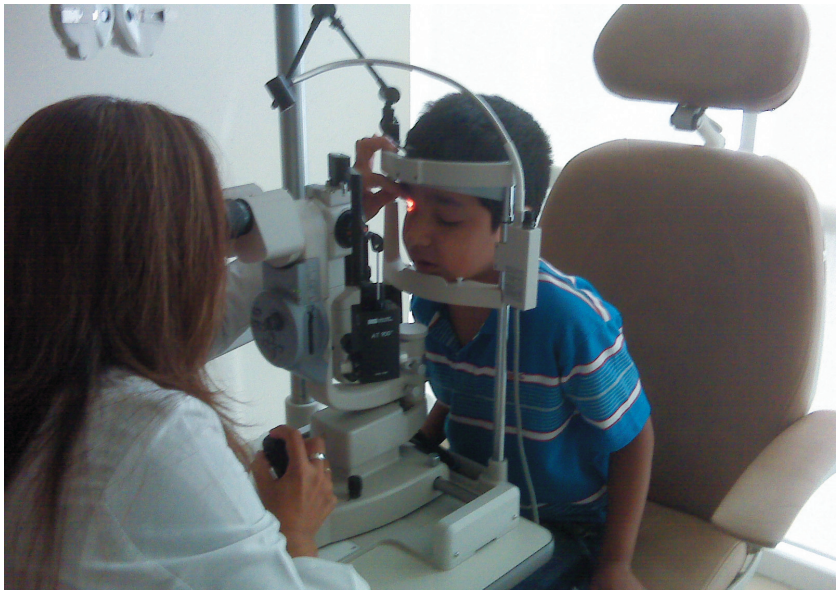
"Gözün merceği ve kornea adı verilen saat camı gibi göz bebeğinin üstünü kaplayan tabaka kırıcılıktan sorumludur. Görüntünün retinada odaklanamaması sonucu oluşan kırma kusuru üç şekilde karşımıza çıkar; hipermetropi, miyopi ve astigmatizma. Gözlerde kırma kusurunun olmaması ise emetropi olarak adlandırılır. Yenidoğan bebeklerin yüzde 75-85 hipermetrop, yüzde 15'i emetroptur. Bu oran okul öncesinde yüzde 80 hipermetrop, yüzde 5 miyop, yüzde 15 emetrop olarak değişir. Gözde kırma kusurları bu kadar çok görülmesine rağmen çoğu düzeltilmesi gerekmeyecek kadar küçük değerlerdedir. Yüzde 10-20 oranında, gözlük takmayı gerektirecek bir bozukluk söz konusudur."

ÇOCUKLARDA SIK RASTLANAN GÖZ PROBLEMLERİ

Özel TOBB ETÜ Hastanesi Göz Hastalıkları Uzmanı Dr. Eroğlu, halk arasında yakını görememe olarak bilinen hipermetropinin çocuklarda erken teşhis ve tedavisinin çok önemli olduğunu ifade ederek şu bilgiyi verdi:

"Hipermetropide, sonsuzdan gelen ışınlar retinanın arkasında odaklanır. Gözün ön-arka ekseninin kısalığı, kornea ya da lensin kırıcılığının az olma-

sı hipermetropiye yol açar. Hipermetropinin az olduğu durumlar, düzeltilmesini gerektirmez. Ancak yüksek hipermetropide görme net değildir, gözlük takmayı gerektirir. Hipermetrop çocuklar, yakını görebilmek için gözlerini uyum yaptırmak zorunda kalır. Fazla uyum yapma gözlerde yorgunluk, göz ve baş ağrılarına, içe doğru kaymaya, şaşılığa yol açabilir. Bu çocuklar, yakın çalışmalardan kaçar. Okuma konusunda isteksizlik, gözleri ovalama, kirpik dibi enfeksiyonları sıklıkla görülür. Tedavide ince kenarlı yakınsak mercekler kullanılır. Gözlük muayenesi 10 yaşından küçük çocuklarda mutlaka damlayla göz bebekleri büyütülerek yapılmalıdır."



Uzağı net görememe olarak bilinen miyopide, 5 metre uzaklıktan göze paralel gelen ışınların, retinanın önünde odaklandığını, dolayısıyla miyop hastaların yakını çok iyi görmelerine karşın uzaktaki objeleri görmekte zorlandığını belirten Dr. Eroğlu, "Çocuklarda uzaktaki cisimlere karşı ilgisizlik, televizyonu yakından izleme, tahtayı görememe miyopi belirtisi olabilir. İlkokul çağı miyopinin başlama çağıdır. Genetik yatkınlık, ailede yüksek kırma kusuru bulunması ve çevresel faktörler miyopinin ortaya çıkmasından sorumludur. Miyopi, başladıktan sonra ilk birkaç yıl hızla ilerler, ilerleme daha sonra yavaşlar. Bu nedenle ilk kez gözlük takan çocuklar her 6 ayda bir göz doktoruna gitmelidir. Sonraki yıllarda ise yılda bir kez muayene yeterli olabilir. Bu dönemde yılda ortalama -0.5 derecelik artış görülebilir. 18 yaş civarında ergenliğin sona ermesi ve göz küresinin büyümesinin durmasıyla artış sona erer.



>> Özel TOBB ETÜ Hastanesi Göz Hastalıkları Uzmanı Dr. Tülin Demireller Eroğlu.

Küçük derecelerdeki miyopinin gözlükle düzeltilmesi gerekmeyebilir. Bu da genelikle -0.50 dpt'ye karşılık gelir. Ancak daha büyük diyoprilerde miyop gözlüklerin takılması gerekir. Özellikle kitap okurken miyop gözlüğün takılması çocuğun uyum yapan kaslarını çalıştıracak ve ileriki yaşlarda dışa kaymayı önleyecektir.

Astigmatizma ise gözün merceğinin ya da korneasının kırıcılığının her eksende aynı olmaması nedeniyle ışınların retinada nokta şeklinde odaklanmamasıdır. Astigmatizmada neden genellikle kalıtsaldır. Bulanık, çift ve gölgeli görme, baş ve göz ağrısı, sık arpacık çıkarmak, kirpik dibi iltihabı gibi belirtilerle ortaya çıkar. Ağır astigmatı olan hastalar çevrelerindeki nesneleri çarpık ve bozuk görür. Bu bozukluğu olan çocuklarda tembellik gelişmemesi açısından tedavi edilmelidir."

ÇOCUKLARA UYGUN CAM VE ÇERÇEVE SEÇİMİ ÖNEMLİ

Özel TOBB ETÜ Hastanesi Göz Hastalıkları Uzmanı Dr. Eroğlu, çocuklarda gözlük seçiminde üzerinde durulması gereken noktaları şöyle açıkladı:

"Gözlük takılmasına karar verilmişse, çerçeve ve cam seçimi oldukça önemlidir. Çocukların burun kemikleri henüz gelişimini tamamlanmadığından ötürü, çerçevenin merkezi ağırlığı, silikon bir paletle burna yayılmalıdır. Çerçevenin kaymasını önlemek için kulak arkasına doğru uzanan kısmı, C şeklinde kulağı sarmalıdır. Çerçeve burnu ve kulağı acıtmayacak yapıda olmalıdır, gözlüğün dikey ve yatay ekseninin tam göz bebeğinin bulunduğu noktada kesişmesi idealdir.

Camlar günümüzde çoğunlukla organik malzemeden üretilmektedir. Camın kırılarak göze zarar vermemesi için polikarbon malzeme uygun olabilir. Numaralı cama eklenecek ultraviyole filtresi ise gözleri atmosferdeki zararlı UV ışınından korur.

Özellikle adolesan gruptaki çocuklarda kontakt lens kullanımı yaygınlaşmaya başlamıştır. Ancak, kontakt lense bağlı gelişebilecek enfeksiyonlar çocuklarda görmeyi kalıcı olarak bozabilecek komplikasyonlardandır. Bu nedenle kişisel hijyen, uygun lens seçimi ve kullanımı çok önemlidir.

Unutulmaması gereken en önemli nokta; gözlerin duruşu veya çocukların bazı hareketleri olası bir görme sorununun habercisi olabileceğinden anne ve babalar böyle işaretler açısından uyanık olmalı, zaman geçirmeden bir göz doktoruna başvurmalıdır. Çocuklara göz muayenesi yaptırılarak gözlerinde kırma kusurunun bulunup bulunmadığı, varsa uygun gözlüğün verilmesi, çocukların okul hayatını her açıdan olumlu etkileyecektir."

