

Alarmující nárůst krátkozrakosti u dětí. Jsme na prahu epidemie

16.5.2024 - | PROTEXT

Jedním z hlavních faktorů přispívajících k této epidemii krátkozrakosti (myopie) je stále častější a dlouhodobé sledování obrazovek - tabletů, mobilů a počítačů.

„Jedná se skutečně o alarmující čísla a v podstatě mluvíme o takové epidemii myopie. Například v některých zemích jihovýchodní Asie nosí brýle na dálku až 90 procent populace. V Evropě a Spojených státech je nárůst také značný, byť ne tak dramatický jako v Asii, nicméně za poslední desetiletí se zde počet případů více než zdvojnásobil,“ uvádí MUDr. Andrea Janeková, FEBO, vedoucí lékařka centra kataraktové a refrakční chirurgie Očního centra Praha.

Příčiny nárůstu myopie

„Studie potvrzují, že dlouhodobá činnost koukání na blízko má významný dopad na vývoj zraku u dětí v školním věku. Oči dětí, které tráví hodně času sledováním blízkých předmětů, dostávají signály k růstu, což vede k prodlužování očního bulvu a tím dochází k nárůstu myopie,“ vysvětluje paní doktorka Janeková.

Další roli hraje i dědičnost, neboť krátkozrakost má silný genetický základ. Děti, jejichž oba rodiče jsou krátkozrací, mají vyšší pravděpodobnost, že samy budou mít tuto vadu.

Prevence a diagnostika

„Odbornými studiemi je doloženo, že prostředí a životní styl, jako je pobyt venku a na denním světle, hrají významnou roli v zamezení nárůstu dioptrií u dětí. Nejen pro dětský zrak je důležité zaostřování na různé vzdálenosti, což oči více stimuluje a pomáhá to ke zdravému vývoji zraku,“ doporučuje Janeková z OCP.

V předcházení vzniku krátkozrakosti neboli myopie jsou klíčové i preventivní prohlídky u pediatrů. U malých dětí se doporučuje první návštěva očního lékaře kolem tří let věku. Tento věk je ideální pro odhalení dioptrických vad, které by jako neléčené mohly vést k rozvoji tupozrakosti neboli amblyopie. Zároveň se i jedná o věk, kdy už děti lépe spolupracují. Pokud se však v rodině vyskytují oční vady a existuje tedy dědičná zátěž, tak by rodiče měli být ostražití a sledovat, zda dítě například nešilhá nebo nemá jiné problémy se zrakem a očního lékaře případně navštívit dříve.

„Nebezpečí myopie spočívá hlavně v možném rozvoji očních onemocnění, která mají vyšší výskyt právě u vysoce krátkozrakých lidí a mohou vést k trvalým změnám a výraznému zhoršení vidění. Vyskytují se více ve vyšším věku a jedná se např. o trhliny sítnice a její odchlípení, poškození makulární oblasti, nebo vyšší výskyt zeleného zákalu u myopických pacientů,“ vysvětluje nebezpečí myopie paní doktorka Janeková.

Řešení myopie

Primárním řešením krátkozrakosti u dětí jsou brýle. U starších dětí a sportovců mohou být vhodnou volbou kontaktní čočky, které vyžadují určitou míru zralosti a odpovědnosti při jejich používání.

„Existují také speciální brýlové čočky, které řeší dioptrickou korekci, ale zároveň by měly zpomalovat progresi myopie. Tyto čočky ve středu skla umožňují ostré vidění a do periferie mají speciální

uspořádání ve tvaru včelího úlu, které vytváří rozostření obrazu na sítnici a zabraňuje dalšímu růstu oka. Dítě už to nevnímá jako neostřý obraz, ale pro oko je to signál, že paprsek je za sítnicí a že by nemělo dále růst,” popisuje funkci speciálních brýlových čoček MUDr. Janeková.

Vzhledem k tomu, že se v podstatě jedná o novinku, existují zatím jen krátkodobé studie. Nicméně i toto krátkodobější sledování ukazuje, že díky speciálním sklům myopie zpomalí. Tyto brýlové čočky je možné zakoupit i v českých optikách, ale vždy je potřeba, aby je dítěti předepsal oční lékař. Terapie může být ale i kombinovaná, kdy se kombinují brýle a atropinové kapky, které se dítěti kapou do očí jednou denně po dobu růstu oka dle doporučení očního lékaře.

Krátkozrakost neboli myopie je tedy komplexní problém, zahrnující genetické faktory, vliv prostředí a moderní životní styl. Preventivní opatření, pravidelné kontroly a správná korekce jsou klíčem k ochraně zraku našich dětí.

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/alarmujici-narust-kratkozrakosti-u-deti-jsme-na-prahu-epidemie/2519224>