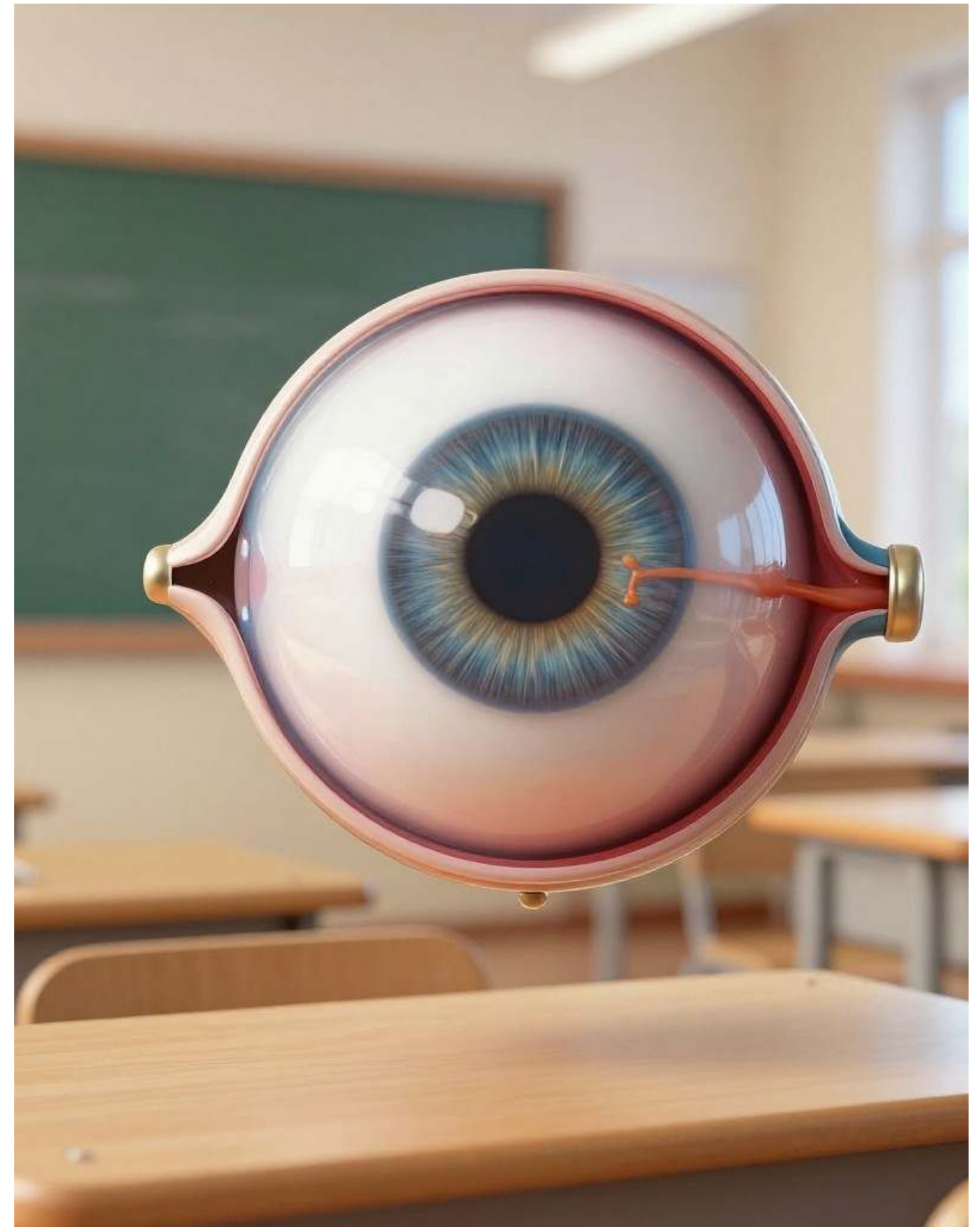


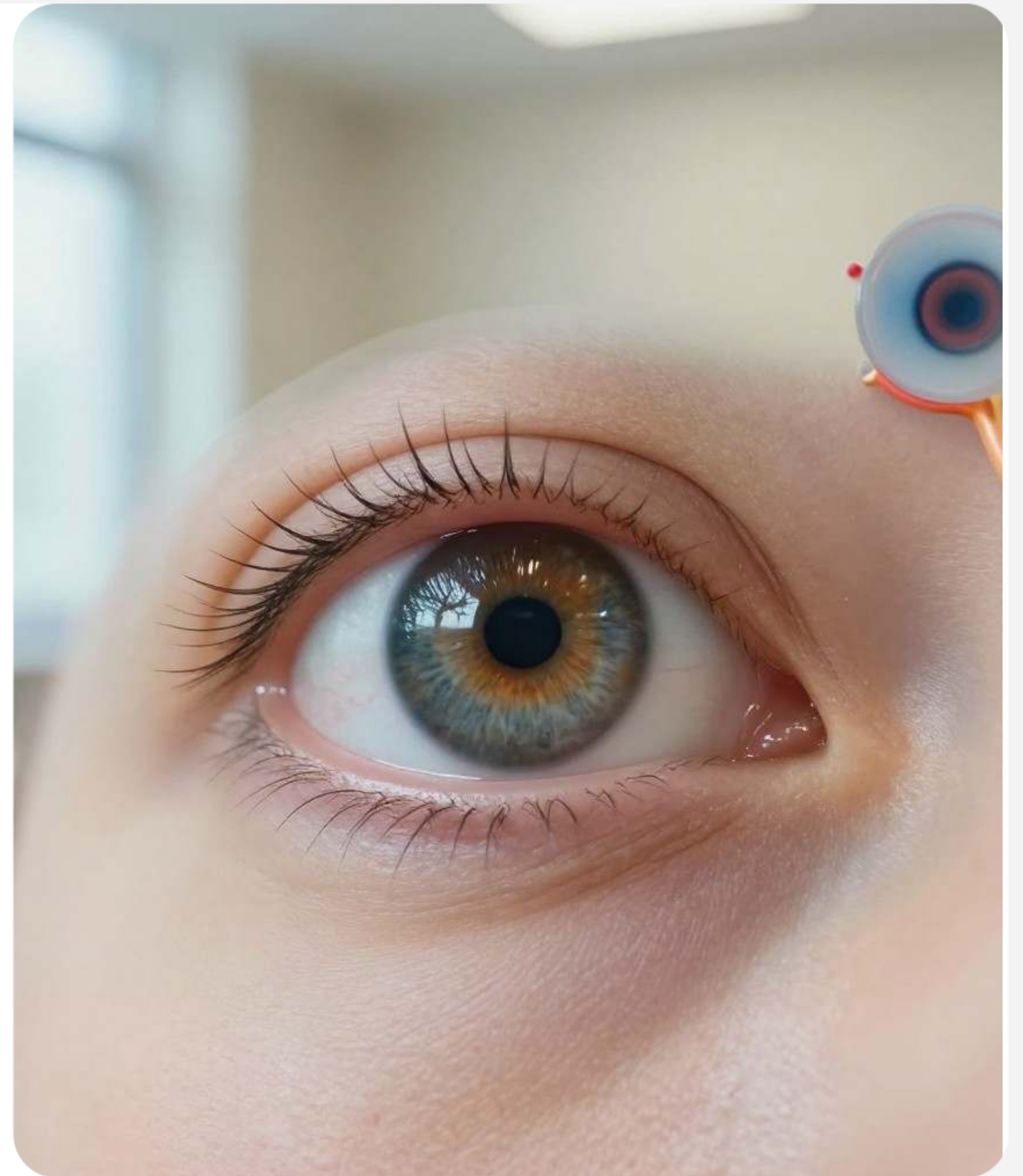
Заболевания и повреждения глаз: основные темы

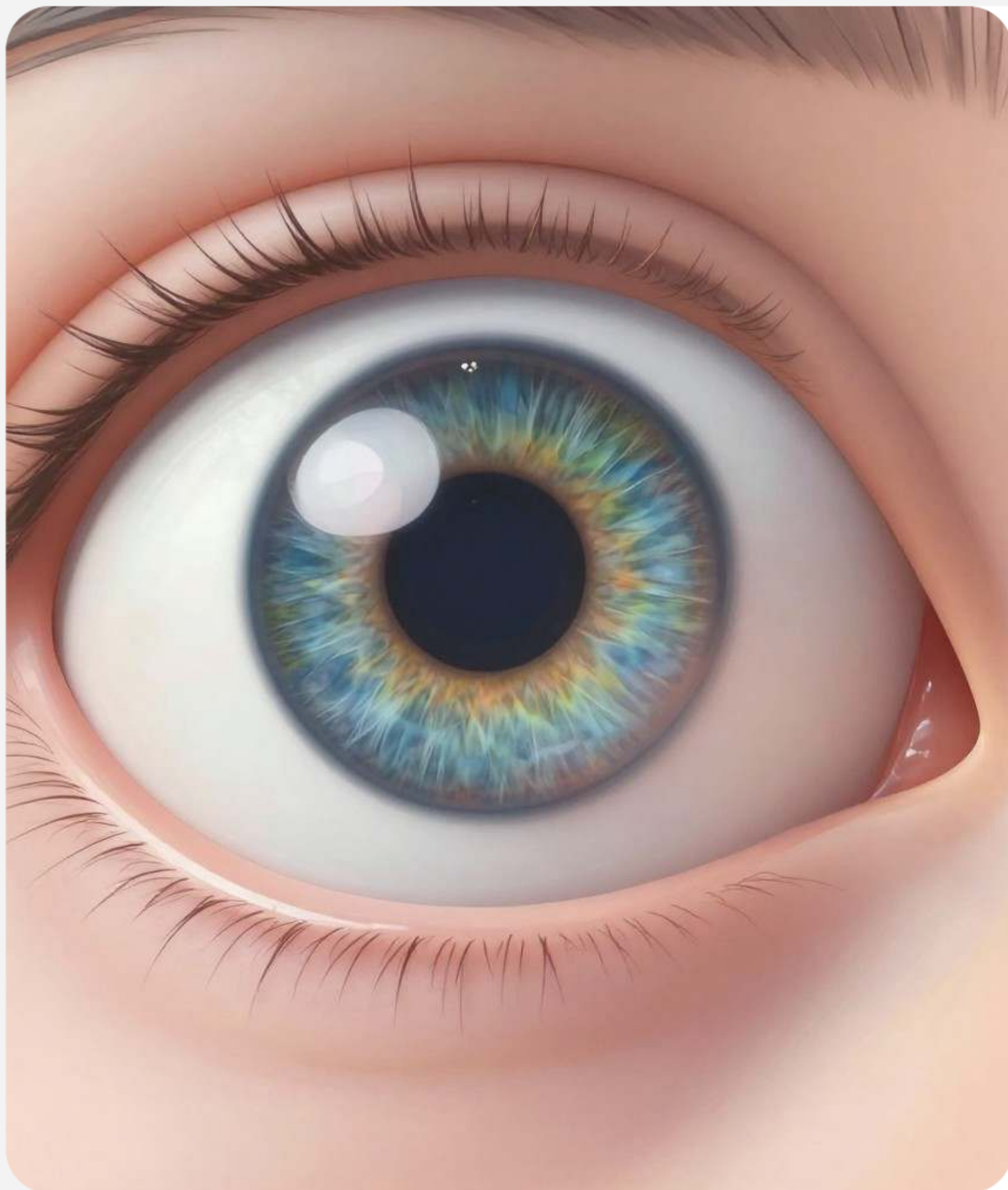
Структура глаза, болезни, травмы и их профилактика у подростков.



Почему важно знать о болезнях и травмах глаз

Глаза помогают воспринимать мир и ориентироваться. Болезни и травмы могут привести к потере зрения. В России ежегодно миллионы обращаются к офтальмологам, среди них много подростков.





Анатомия глаза: основные структуры

Основные части глаза

Глаз состоит из роговицы, хрусталика, радужки, сетчатки и склеры. Каждая часть играет определённую роль в зрительном процессе.

Функции ключевых структур

Сетчатка преобразует свет в сигналы, роговица защищает глаз, а хрусталик фокусирует изображение. Знание этого помогает понять причины заболеваний.

Бактериальные инфекции глаз

1

Конъюнктивит и кератит — чаще всего бактериальные заболевания глаз, сопровождающиеся воспалением и выделениями.

2

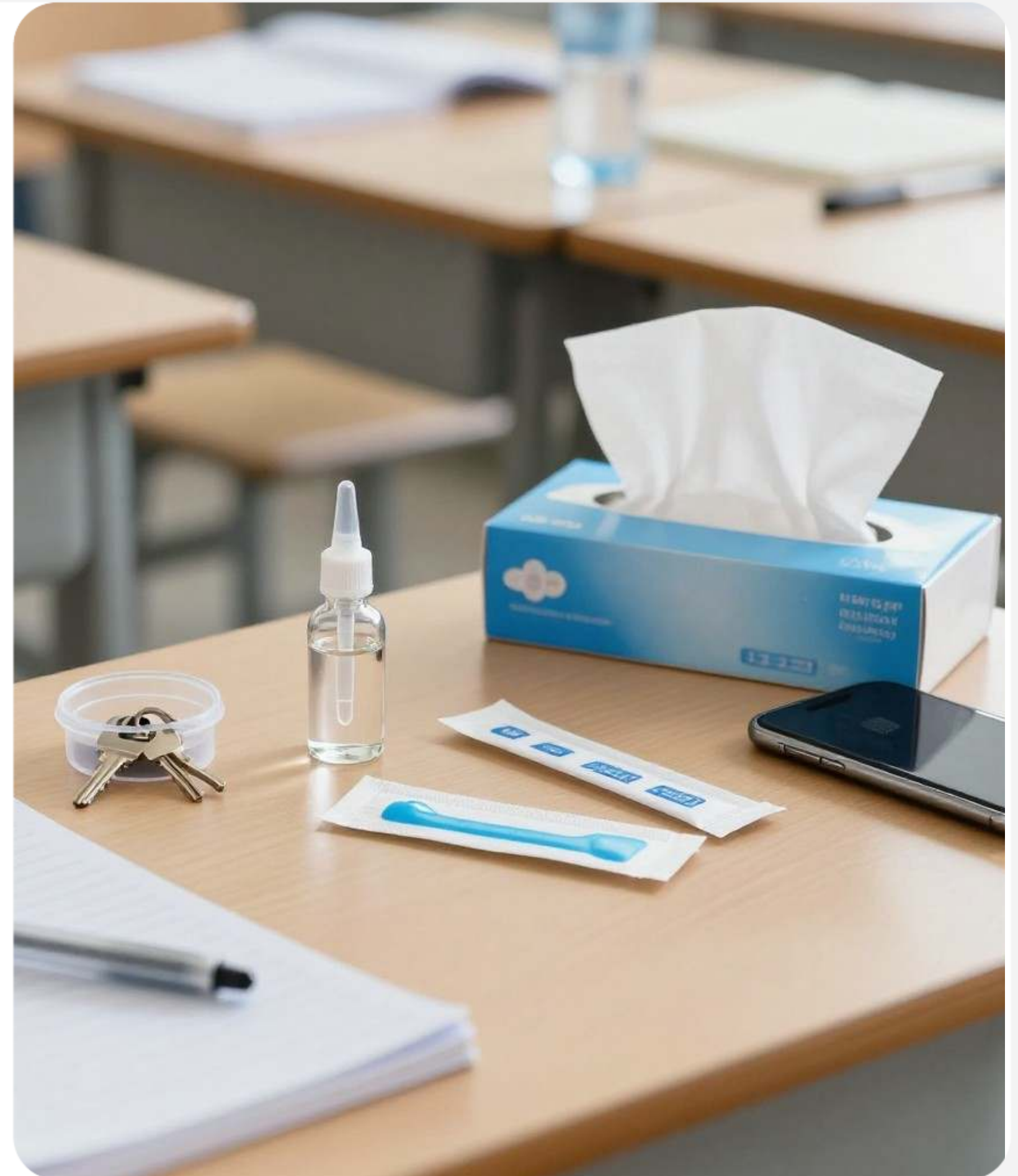
Причины их появления — нарушение гигиены, контакт с заражённой водой или руками, что способствует развитию инфекции.

3

Для лечения обычно назначают антибиотики, которые уменьшают воспаление и предотвращают осложнения.

Вирусные заболевания глаз у подростков

- 1 Аденовирусный и герпесный кератоконъюнктивит распространены среди школьников. Симптомы включают зуд, слезотечение и чувство песка в глазах.
- 2 Вирусы передаются легко через общие предметы и воздушно-капельным путём, поэтому важно соблюдать правила гигиены.



Аллергические реакции и их проявления в глазах



Зуд и покраснение

Аллергический конъюнктивит вызывает сильный зуд, покраснение глаз и отёк век, затрудняя комфортное зрение.



Симптомы аллергии

Помимо зуда и слезотечения, часто наблюдается чувство жжения и повышенная чувствительность к свету.



Основные аллергены

Пыльца растений, домашняя пыль, животная шерсть и компоненты лекарственных капель — частые причины аллергий.



Рост числа аллергий

Частота аллергических заболеваний глаз у подростков растёт из-за экологических и бытовых факторов.

Синдром сухого глаза: причины и симптомы



Как гаджеты влияют на глаза подростков

Долгое время у смартфонов и компьютеров ведёт к снижению моргания. Из-за этого глаза высыхают, появляется ощущение жжения и дискомфорта к вечеру.



Влияние окружающей среды на состояние глаз

Сухость воздуха и кондиционирование усиливают дефицит влаги в глазах подростков. Это сопровождается ощущением песка и ухудшением резкости зрения.

Травмы глаз: механические повреждения

1

Мяч, острые предметы или случайные удары могут вызвать ушибы и повреждения глаз у подростков.

2

Проявления травм включают боль, покраснение и сильное слезотечение, требующие немедленного осмотра врача.

3

Мелкие порезы и ссадины век опасны воспалениями и нуждаются в профессиональной обработке.

4

При ухудшении зрения или сильном дискомфорте следует незамедлительно обратиться за медицинской помощью.

Сравнение бактериальных, вирусных и аллергических заболеваний глаз

Таблица демонстрирует причины, симптомы и лечение трёх основных типов заболеваний глаз.

Различия выявляются в возбудителях и лечении, что важно для правильной терапии.

Тип болезни	Причины	Симптомы	Лечение
Бактериальные	Инфекции бактериями	Гнойные выделения, покраснение	Антибиотики
Вирусные	Вирусные инфекции	Жжение, зуд, слезотечение	Противовирусные средства
Аллергические	Аллергены	Сильный зуд, отёк, покраснение	Антигистаминные препараты

Ожоги глаз: химические и термические

Химические ожоги возникают из-за контакта с кислотами, щёлочами или бытовой химией, вызывая острую боль и отёк тканей.

Термические ожоги вызывают кипятком, горячий пар или пламя, ведут к покраснению и ухудшению зрения. Срочное промывание глаз и медицинская помощь обязательны.



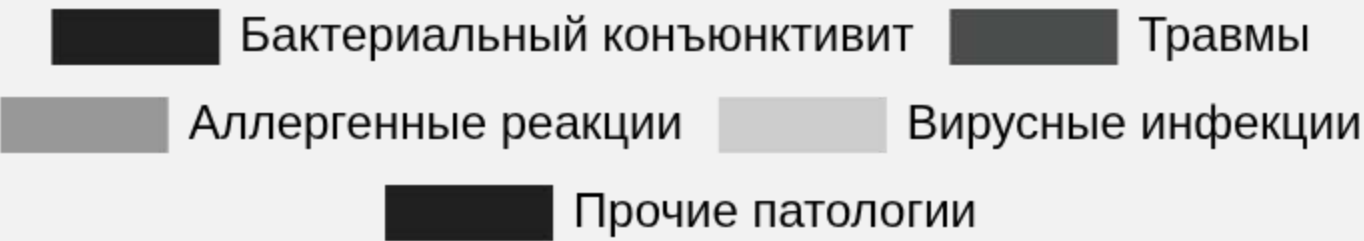
Поражения глаз ультрафиолетом и солнечным светом

- 1 Длительное пребывание на солнце без надёжной защиты приводит к фотоофтальмии — острому повреждению роговицы, вызывающему болезненные ощущения и временное ухудшение зрения.
- 2 Симптомы включают сильную боль, слезотечение, светобоязнь и понижение чёткости зрения на несколько часов или дней после воздействия ультрафиолета.
- 3 Чтобы предотвратить повреждения, рекомендуется использовать качественные солнцезащитные очки с фильтрами от УФ-излучения при нахождении на открытом воздухе.

Статистика заболеваний глаз среди подростков

Большая доля воспалительных заболеваний указывает на важность соблюдения гигиены и своевременного лечения.

Воспалительные заболевания являются наиболее распространённой причиной офтальмологических проблем у подростков, что требует внимания при профилактике.



Нарушения зрения: близорукость и дальность

1

Близорукость проявляется снижением способности видеть удалённые объекты, развивается из-за длительной работы с гаджетами на близком расстоянии и наследственных факторов. Часто сопровождается усталостью глаз.

2

Дальность затрудняет фокусировку на близких предметах, возникает из-за неправильной формы глазного яблока. Симптомы включают головные боли и напряжение глаз при чтении или работе с техникой.



Травматизм при спортивных и школьных играх

Начало игры

В процессе футбола или баскетбола дети могут получать удары мячом или другим спортивным инвентарём, что повышает риск травм глаз.

Профилактика и лечение

Использование защитных очков и соблюдение правил безопасности помогают снизить риск серьёзных повреждений и контролировать восстановление.

Получение травмы

При случайном попадании в глаз могут возникнуть ушибы и повреждения, требующие немедленного осмотра и ухода.

Несчастные случаи дома: бытовые травмы глаз



Ожоги глаз бытовой химией

Часто при неправильном использовании моющих средств происходит ожог глаз, вызывающий боль и покраснение. В таких случаях необходимо быстро промыть глаз и обратиться к врачу.



Травмы от острых предметов

Попадание мелких или острых предметов, например кусочков клея или осколков, вызывает резкую боль и слезотечение, требующие своевременной медицинской помощи.

8%

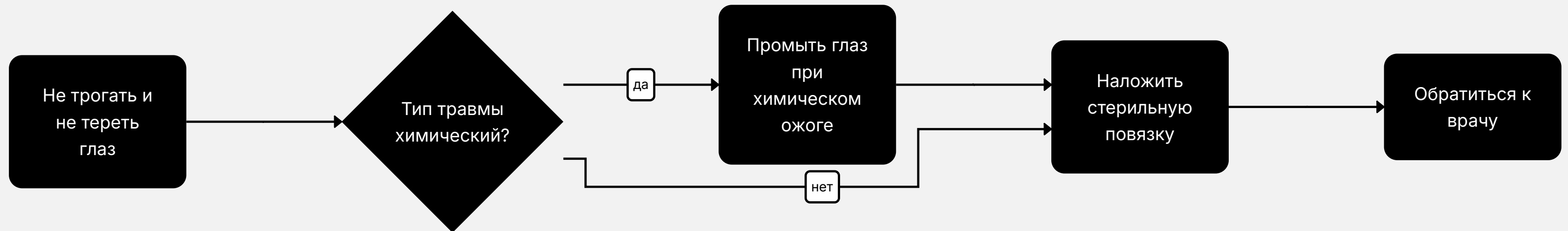
**подростков имеют врождённые
нарушения цветового восприятия,
что не влияет на их повседневную
ЖИЗНЬ.**

Российское общество офтальмологов, 2022

Дальтонизм диагностируется у
значительной части подростков, затрудняя
различение некоторых цветов, чаще
зелёного и красного.

Алгоритм оказания первой помощи при травме глаза

Министерство здравоохранения РФ



Профилактика заболеваний глаз в подростковом возрасте

Основы гигиены и режима

Регулярное мытьё рук и лица исключает проникновение бактерий. Важно ограничивать время за экранами и делать перерывы для отдыха зрения.

Защита и окружающая среда

Использование солнцезащитных очков и правильное освещение рабочего места способствуют сохранению здоровья глаз, равно как полноценный сон и правильный режим дня.



Когда идти к офтальмологу: тревожные симптомы

Появление длительного покраснения и болевых ощущений требует немедленного обращения к специалисту для исключения серьёзных проблем.

Ощущение инородного тела или резкое ухудшение зрения указывают на травму или воспаление, нуждающиеся в скорейшем лечении.

Отёк век, слезоточивость и сильная светобоязнь — знаки, при которых промедление может привести к потере зрения.

Возникновение мутных пятен или вспышек в поле зрения — опасные симптомы, сигнализирующие о возможных нарушениях в сетчатке.

Раннее выявление и профилактика – ключ к здоровью глаз

Постоянный контроль, внимание к симптомам и разумные меры при играх и учёбе значительно снижают риски серьёзных глазных заболеваний у подростков, обеспечивая сохранность зрения на долгие годы.