

Väikelaste raviprillid

Lapse silmade ja nägemise areng jätkub peale sünni ja kestab aktiivselt 7.–8. eluaastani. Väga oluline on varakult avastada laste kaasasündinud silmahaigused, silmade liikuvuse häired, optilise ehituse kõrvalekalded, mis võivad takistada või pidurdada nägemise normaalset arengut.

Kõigi laste silmi ja nägemist tuleb kontrollida 3a vanuselt.

Millal raviprillid määratakse ja kui kaua tuleb neid kanda?

Põhiliselt diagnoositakse nägemishäired laste 3–4aastaseks saades, kui neil esimest korda kontrollitakse silmi ja nägemisteravust. Silmaarst määrab prillid, kui laps ei näe hästi, silmaehitus ei ole korras või lapsel esineb strabism ehk kõõrsilmsus. On lapsi, kes saavad oma esimesed prillid juba 1–2aastaselt.

Mida varem ja mida paremini laps hakkab prille kandma, seda kiiremini areneb nägemine. Raviprille peab pidevalt kandma kuni koolimine kuni. Osad lapsed jäävad pidevalt prille kandma ka edaspidi või kasutama vajadusel ka koolieas, sõltuvalt sellest, kui palju on silmaehitus muutunud, milline on nägemisteravus ja silmade koostöö.

Miks on raviprillid lapsele vajalikud?

Prille kandes lapse silmad ei väsi nii palju, ta hakkab nägema selgemini nii kaugemale kui lähedale. Silmalihaste kontroll ja silmade koostöö on parem. Prillidega koos areneb õigesti täpne nägemine. Prillide kandmise eesmärk on arendada 7.–8. eluaastaks välja mõlema silma maksimaalselt hea nägemisteravus nii ilma kui ka koos prilliga.

Kuidas tuleb raviprille kanda?

Prille peab kandma iga päev, igal pool ja pidevalt. Ka õues ja lasteaias. Magamise, pesemise ja võimlemistunni ajaks võetakse prillid eest ära.

Millised on head väikelaste prilliraamid?

Head prilliraamid peavad istuma hästi lapse ninal ja kõrvade taga.

Kui raam vajub ninaotsa suunas või sangad on liiga pikad, siis laps vaatab niisama üle prilliklaaside ja nägemine ei saa õigesti areneda.

Kui raamid on laiad või sangad ei püsi kõrvade taga, siis tulevad ka prillid kergemini mänguhoos eest ära. Väikelapse prillid võiksid olla kerged ja plastikraamidega.

Kui laps saab esimesed prillid

Alguses on kõigil raske, nii lapsel kui ka vanematel. Tervel perel tuleb uue olukorraga harjuda.

Lapsele tuleb kodus rahulikult selgitada, miks on vaja raviprille pidevalt kanda. Esimestel nädalatel võib prillide kandmine olla keeruline, sest laps võtab need tihti eest ära või ütleb, et ei näe nendega. See on normaalne reaktsioon.

Väikelaps ise ei tunneta õigesti enda nägemishäireid. Lapsevanemad peavad olema kannatlikud ja mõistvad prillide kandmise vajalikkuse selgitamisel. Lapsele tuleb lisaks õpetada prillide hoidmist ja klaaside puhastamist.

Laisk silm ehk amblüopia. Oklusioonravi

Kui silmade nägemisteravus ei ole normis, üks silm näeb halvemini, siis tuleb hakata „laiska silma“ treenima. Selleks on vaja paremini nägev silm või prilliklaas kinni katta plaastriga või spetsiaalse kattega. Seda nimetatakse oklusioonraviks, mis aitab „laisa silma“ nägemisteravust parandada. Oklusioonravi vajalikkuse ja pikkuse määrab ainult silmaarst või ortoptist. Seda on vaja teha iga päev, arvestatakse ka lapse vanust.

Amblyopia raviga tuleb alustada võimalikult vara, selle parim efektiivsus on 7.–8. eluaastani.

Väikelaste nägemishäirete ravis on väga oluline hea ja järjepidev koostöö lapse, lapsevanema ja silmaarsti vahel!

Juhendi koostas

Maria Malva

SA Tallinna Lastehaigla Kesklinna Lastepolikliiniku silmaarst

2017



SA TALLINNA LASTEHAIGLA