

JAK WIDZI DZIECKO?

(0 - 8 lat)

1. Prawidłowy przebieg rozwoju widzenia wpływa na jakość życia dziecka, a później dorosłego człowieka.
2. Wzrok jest zmysłem podlegającym rozwojowi i poddającym się rehabilitacji.
3. Warunkiem właściwego rozwoju widzenia jest sprawny układ wzrokowy czyli zdrowa gałka oczna, nerw wzrokowy, droga wzrokowa i odpowiednie części kory mózgowej.
4. Umiejętności widzenia uczymy się całe życie, ale za najważniejszy okres jej rozwoju uważa się pierwsze dwa lata życia.
5. Poziom rozwoju widzenia można badać już w kilka dni po urodzeniu.
6. Niezwykle ważne jest badanie i ocena wzroku przez specjalistę (lekarza okulistę) w pierwszym, drugim i trzecim miesiącu życia, szczególnie dzieci z ciężko zagrożonych, dzieci przedwcześnie urodzonych lub tzw. ryzyka urodzeniowego.
7. Jak najwcześniejsze leczenie i rehabilitacja wzroku może ewentualne nieprawidłowości zmniejszyć, ograniczyć lub wyeliminować.
8. Kontrolowanie procesu widzenia i wpływanie na jego przebieg np. poprzez leczenie, używanie okularów korekcyjnych, ochronnych, pomocy optycznych i nieoptycznych oraz odpowiednie ćwiczenia mogą sprawić, że wasze Dziecko będzie się lepiej rozwijać.

OKRES NOWORODKOWY

I miesiąc życia

Prawidłowy rozwój wzroku.

- pojawia się odruch rogówkowy;
- reakcja źrenic na światło;
- odruchowe zamykanie lub zaciskanie powiek pod wpływem silnego światła skierowanego na twarz dziecka;
- pierwsze ruchy sakkadowe;
- dziecko wybiera i preferuje twarz człowieka;
- uważne wpatruje się w twarze najbliższych osób z odległości 15-40 cm, lubi zmienną mimikę twarzy i próbuje ją naśladować; (fiksacja czasami pojawia się później);
- posługuje się raz jednym, raz drugim okiem;
- lubi kontury, proste pionowe i poziome wzory, duże rozmiary (najlepiej czarno-białe).

Kiedy zwrócić się do okulisty?

- gdy występuje widoczna różnica w wielkości gałek ocznych, wyglądzie oczu i powiek np. przymglona rogówka, biała źrenica, nierówne źrenice, nierówna szerokość szpary powiekowej;
- gdy oczy są w mimowolnym ruchu, cały czas "pływają" w różnych kierunkach (może to być oczopląs wrodzony);
- gdy zamiast łez pojawia się inna wydzielina np. ropa;
- dziecko nie patrzy na twarze bliskich osób;
- często ma zamknięte oczy;
- opadają powieki podczas otwierania oczu;
- gałki oczne lub jedno oko odchylają się przez cały czasod właściwego ułożenia w kierunku nosa, skroni, czoła;
- występuje lub pojawił się oczopląs tylko jednego oka;
- oczy są zaczerwienione, łzawią bez "powodu";
- dziecko często uciska oczy piąstkami.

UWAGI

Oceniając funkcję narządu wzroku wcześniaków należy brać pod uwagę tzw. skorygowany wiek ciążowy, a więc

liczony od planowanej daty porodu.

Do okulisty należy zgłosić się zawsze w pierwszym miesiącu życia dziecka jeżeli występują lub występowały w rodzinie takie choroby jak: zaćma wrodzona, jaskra wrodzona, siatkówczak.

OKRES NIEMOWLĘCY

1-3 miesięcy

Prawidłowy rozwój wzroku.

- występuje oczopląs optokinetyczny;
- dziecko wpatruje się w źródła światła, jasne ściany, okna;
- śledzi poruszające się źródło światła od środkowej linii ciała na zewnątrz (lepiej w poziomie niż pionie i ukośnie);
- fascynuje się różnymi źródłami światła, błyszczącymi przedmiotami i jaskrawymi kolorami;
- dłużej wpatruje się w twarze osób najbliższych;
- przygląda się własnej ręce;
- spogląda do góry na zabawki;
- przenosi spojrzenie (kieruje oczy) w kierunku *źródła* dźwięku;
- rozwija się koordynacja obu gałek ocznych (w tym okresie życia dziecko może okresowo zezować);
- pojawiają się zbieżne ruchy gałek ocznych;
- podąża wzrokiem za poruszającą się zabawką (40-60 cm od oczu w prawą i lewą stronę);
- odwzajemnia uśmiech.

Kiedy zwrócić się do okulisty?

- nie skupia wzroku lub słabo fiksuje na twarzy rodzica;
- nie uśmiecha się w odpowiedzi na uśmiech;
- wyraźnie patrzy tylko jednym okiem (ustawia głowę w jedną stronę);
- źle reaguje (nadwrażliwość) na światło, mruży oczy, zamyka je lub zaciska silnie powieki;
- reaguje z opóźnieniem na pokazywane zabawki;
- reaguje na bodźce lub ruch nie na wprost twarzy ale z boku głowy, w jej górnej bądź dolnej części;
- przygląda się własnej ręce tylko po jednej stronie ciała;
- nie nawiązuje kontaktu wzrokowego;
- nie odwzajemnia uśmiechu;
- oczy często zezują lub poruszają się niezależnie od siebie;
- oczy drgają w poziomie, pionie bądź naprzemiennie.

3-5 miesięcy

Prawidłowy rozwój wzroku.

- dziecko skupia wzrok (fiksuje) na przedmiotach z odległości ok. 1m;
- bada i "ogłąda" własne ręce;
- ustawia oczy centralnie;
- przenosi spojrzenie z ręki na obiekt;
- widzi barwy;
- lubi grzechotki, gryzaki, zabawki piszczące, wyciąga rękę w ich kierunku, chwytą je, szczególnie wtedy, gdy znajdują się w zasięgu jego rąk;
- przekłada zabawkę z ręki do ręki;
- pojawia się akomodacja z odległości 13-50 cm;
- spostrzega głębię.

Kiedy zwrócić się do okulisty?

- dziecko nie skupia wzroku na osobach;
- nie skupia wzroku na zabawkach;

- nie wyciąga ręki w kierunku zabawki;
- słabo interesuje się otoczeniem;
- nie reaguje na odbicie w lustrze;
- występują nietypowe zachowania (np. kiwanie się).

5-7 miesięcy **Prawidłowy rozwój wzroku.**

- dziecko patrzy na zabawki pokazywane w całym obszarze pola widzenia (prawa-lewa, góra-dół);
- wyrzuca zabawki i patrzy, gdzie upadły;
- rozwija się koordynacja oko-ręka;
- doskonali się fiksacja;
- rozwija się pamięć wzrokowa;
- następuje koordynacja większości odruchów obuocznych;
- reaguje odmiennie na zmieniający się wyraz twarzy rodzica.

Kiedy zwrócić się do okulisty?

- brak lub słaba koordynacja oko-ręka;
- słaba fiksacja;
- brak zbieżności;
- preferencja jednego oka.

7-12 miesięcy **Prawidłowy rozwój wzroku.**

- dziecko interesuje się drobnymi przedmiotami lub detalami w przedmiotach;
- fiksuje wyraz twarzy i naśladuje go;
- płynnie śledzi wzrokiem;
- przechyla głowę żeby spojrzeć w wybranym kierunku;
- lubi różne kształty i formy geometryczne;
- rozwinięte widzenie obuoczne.

Kiedy zwrócić się do okulisty?

- nie interesuje się nowymi zabawkami;
- nie patrzy na zabawki, którymi się bawi;
- nie interesuje się małymi zabawkami, nie zauważa ich (piłeczki, cukierki);
- nie skupia wzroku na zabawkach oddalonych o np. 1-2 metry;
- nie interesuje się otoczeniem;
- nie obserwuje domowników;
- słaby rozwój motoryczny;
- opóźniona koordynacja ruchów głowy i oczu.

OKRES ŻŁOBKOWY

13-18 miesięcy **Prawidłowy rozwój wzroku.**

- dziecko interesuje się książeczkami i kolorowymi obrazkami;
- identyfikuje podobieństwa i różnice;
- szereguje klocki i buduje wieże z klocków;
- lubi bazgrać, rysować linie grubymi kredkami;
- rozwija się orientacja pionowa;

- współdziała w czynnościach samoobsługowych;
- idzie do rodzica, zabawki.

Kiedy zwrócić się do okulisty?

- opóźnienie lub brak zainteresowania książeczkami, obrazkami, gazetami;
- brak zainteresowania bazgraniem;
- nie porusza się w stronę osób i zabawek.

1,5 roku-do 3 lat

Prawidłowy rozwój wzroku.

- śledzi wzrokiem w pełnym zakresie ruchu i wg potrzeb;
- doskonalą się koordynacja wzrokowo ruchowa i manipulacja;
- rozróżnia i identyfikuje znajome przedmioty, lubi układanki przedmiotowe i obrazkowe;
- lubi zabawy w chowanego z zabawkami i ludźmi.

Kiedy zwrócić się do okulisty?

- brak prawidłowych (płynnych, ciągłych) ruchów śledzących oczu;
- słabe zainteresowanie otoczeniem;
- podczas chodzenia dziecko potyka się o meble, zabawki, progi;
- powolne, niechętnie przemieszczanie się z jednego pomieszczenia do drugiego.

OKRES PRZEDSZKOLNY

3-5 lat

Prawidłowy rozwój wzroku.

- dziecko zna figury geometryczne;
- rozpoznaje barwy i odcienie barw, nazywa je;
- wyraźnie widzi i nazywa szczegóły na obrazkach;
- dopasowuje takie same litery, cyfry;
- sortuje przedmioty, grupuje, dzieli na kategorie wg wielkości, barwy, długości;
- rozpoznaje przedmioty na obrazkach widziane pod różnym kątem z bliska i z daleka;
- mówi na temat tego co dzieje się na obrazkach (układa historyjki obrazkowe);
- rozwija się wzrokowa orientacja przestrzenna.

Kiedy zwrócić się do okulisty?

- dziecko ma trudności z rozróżnianiem: figury od tła, kształtów, wielkości, barw;
- trudności z widzeniem szczegółów na obrazkach;
- nie nazywa kolorów;
- przechyla głowę w bok lub nienaturalnie układa ciało podczas oglądania TV, książki;
- mruży oczy, marszczy twarz gdy obserwuje obiekty z dalszej odległości;
- ma trudności z prostymi czynnościami ruchowymi (np. chwytanie i rzucanie piłki oraz śledzenie toru jej ruchu);
- ma trudności z wchodzeniem i schodzeniem po schodach;
- szura obuwem podczas chodzenia;
- słabo posługuje się ołówkiem, kredką, łyżką;
- szybko męczy się po okresach koncentracji wzrokowej;
- ma bóle głowy, nudności, pieczenie i swędzenie oczu;
- zgłasza zamazywanie i rozmywanie obrazu, podwójne widzenie.

OKRES WCZESNOSZKOLNY

5-8 lat

Prawidłowy rozwój wzroku.

- rozpoznaje i identyfikuje znaki abstrakcyjne (m.in. cyfry, litery);
- rozróżnia, rozpoznaje, kojarzy, interpretuje wyrazy;
- czyta;
- pisze.

Kiedy zwrócić się do okulisty?

- dziecko myli takie same cyfry i litery;
- opuszcza litery w wyrazach podczas czytania;
- nie widzi liter i cyfr z odległości kilku metrów;
- źle widzi z bliskich lub dalekich odległości;
- czyta, pisze z głową bardzo blisko tekstu;
- mruży oczy, zasłania oko podczas pisania w zeszytach lub przepisywania z tablicy;
- szeroko otwiera oczy, trze oczy;
- zamyka lub zakrywa jedno oko;
- zmienia końcówki wyrazów, pomija lub dodaje literki przy czytaniu i przepisywaniu;
- ma trudności z pisaniem w zeszytach.

Dbanie o oczy i narząd wzroku wymaga badania oczu przez lekarza okulistę przynajmniej jeden raz w roku oraz w każdym przypadku stwierdzenia jakichkolwiek dolegliwości lub/i zaburzeń widzenia.

Gdzie szukać pomocy?

- poradnie okulistyczne dla dzieci,
- ośrodki wczesnej interwencji,
- poradnie rehabilitacji wzroku,
- [Poradnia Rehabilitacyjna Niewidomych i Słabowidzących](#), os. Kosmonautów 110, Poznań, tel. (0-61)820 05 12.

Konsultacja medyczna: lekarz okulista dr Anna Gotz-Więckowska.

Opracowanie: rehabilitant wzroku słabo widzących mgr Małgorzata Płóciennik.

Skład: Maria Madej, tel. 0606 71 78 28.

Broszura dofinansowana przez Ministerstwo Zdrowia.
