

HEIKKONÄKÖISEN (AMBLYOPIA) SILMÄN HOITO

Lapsen normaali näkö kehittyy ja säilyy vain, jos, silmä saa säännöllistä ja riittävää harjoitusta. Toiminnallisesti heikkonäköisellä silmällä on vahva taipumus jäädä pois käytöstä ikään kuin paremman silmän varjoon, kun katsotaan normaalisti molemmilla silmillä yhtä aikaa. Heikkonäköisyys johtuu yleensä karsastuksesta tai puolierosta silmien taittovoimakkuudessa. Heikkonäköisyys voi esiintyä myös muuten terveessä silmässä. Heikkonäköistä silmää hoidetaan peittohoidolla ja sitä tehostavilla harjoitushoidoilla. Monella potilaalla hoitona on lisäksi silmälasit. Heikkonäköisen silmän aktiivinen hoito on tärkeää lapsuudessa, koska hoito tehoaa vain alle 8-10- vuotiaille. Jos hoitoa ei toteuteta, silmä jää pysyvästi heikkonäköiseksi. Tällöin näkökyky on siis pysyvästi alentunut ja sitä ei voida myöhemmin parantaa millään silmälaseilla tai leikkauksella.

Peittohoito

Peittohoidossa **parempi** silmä peitetään peittohoitoon tarkoitetulla lapulla tai sideharsotaitoksella (läpinäkymätön). Kun parempi silmän on peitetty, heikkonäköinen silmä saa harjoitusta.

Harjoitushoidot

Peittohoidon tehostamiseksi järjestetään peittohoidon aikana huonommalle silmälle tarkkuutta vaativaa näkötyötä. Harjoitus on sitä tehokkaampaa, mitä enemmän keskittymistä itse näkösuoritus vaatii. Sen vuoksi näköharjoitteeksi määrätään yleensä lähityöskentelyä ja harjoitteet on hyvä tehdä lyhyissä jaksoissa.

Harjoitustilanteeseen sopivia tehtäviä on monentyyllisiä ja niitä suunniteltaessa voi vapaasti toteuttaa mielikuvitustaan.

Seuraavassa muutamia esimerkkejä:

- runsaasti yksityiskohtia sisältävien piirrosten tekeminen esim. värityskirjojen tehtävät, kuvien väritykset, numerojen yhdistäminen
- pikkutarkat näpertelyt, kuten erilaiset askartelutehtävät, helmien pujottelu lankaan ym. rakennussarjat, palapelit, pikku legot
- elektroniikkapelit + muut erilaiset pelit
- lukeminen ja kirjoittaminen

Silmälasit

Jos lapselle on määrätty silmälasit, niitä pidetään jatkuvasti, ellei toisin ole ohjeistettu. Myös harjoitushoidot suoritetaan silmälasien kanssa.

Hoidon toteutus

Silmälääkäri ja silmähoitaja antavat teille vastaanotolla ohjeet, kuinka usein ja kuinka pitkään peittohoitoa ja sitä tukevia harjoitushoitoja suoritetaan.

