



سازمان بهداشتی کشور  
اداره کل بهداشتی استان هرمزگان

معاونت امور پیشگیری

دفتر پیشگیری از معلولیتها

**آنچه خانواده ها باید درباره تنبلی چشم بدانند**



## آمبلیوپی (تنبلی چشم)

چشم یکی از بزرگترین نعمت‌هایی است که خداوند مهربان به انسان بخشیده است و خوب دیدن نقش چشمگیری در رشد و تکامل کودک دارد. تحقیقات نشان می‌دهد تنبلی چشم یکی از علل نابینایی و کم‌بینایی خفیف تا شدید می‌باشد به طوری که تنبلی چشم شایع‌ترین علت نابینایی یک چشمی در افراد زیر ۲۰ سال و دومین علت کاهش بینایی در کودکان است. مطالب فوق نشان دهنده اهمیت پیشگیری از تنبلی چشم است. تنبلی چشم به اختلالی در بینایی فرد گفته می‌شود که باعث می‌شود دید یک چشم و گاهی دو چشم کاهش پیدا کند به طوری که حتی با اصلاح عیب انکساری (با استفاده از عینک، لنز و...) و رفع مشکلات ساختمانی چشم نیز بر طرف نشده و ادامه می‌یابد.

آمار نشان می‌دهد شیوع آمبلیوپی در جهان ۲ تا ۵ درصد می‌باشد و در ایران در کودکان ۳ تا ۶ ساله شیوع این بیماری ۱ درصد برآورد گردیده است.

تنبلی چشم با تشخیص به موقع قابل درمان است، در حالی که اگر به موقع تشخیص داده نشده و درمان نشود، فرد را از یک یا هر دو چشم بسیار کم‌بینا و نابینا خواهد کرد. علاوه بر این تنبلی چشم در اکثر موارد هیچ علامتی ندارد و شکایتی از طرف کودک ایجاد نمی‌کند. بنابراین چشمان بعضی از کودکان، با آنکه از نظر ظاهر سالم و طبیعی به نظر می‌رسند اما از سلامت و دید کافی برخوردار نیستند.

از عوارض تنبلی چشم می‌توان از: اختلال در دید عمقی، کاهش قدرت تمرکز و قدرت تفکیک، اختلالات تحصیلی و یادگیری نام برد.

آنچه در پیشگیری و درمان این اختلال مهم است دوره رشد و تکامل مرکز بینایی در مغز است که از دوران جنینی تا حدود ۱۰ سالگی ادامه دارد، اما حداکثر سرعت رشد آن تا ۳ سالگی است.

نتیجه تکامل دستگاه بینایی، در این دوران، دید واضح و کامل است. در این مدت، به خصوص در ۳ سال اول زندگی، هر عاملی که باعث اشکال دید، در یک یا هر دو چشم کودک شود، رشد و تکامل دستگاه بینایی را متوقف می‌سازد و در نتیجه باعث

کاهش میزان بینایی کودک می شود. معنی این سخن آن است که امکان دارد چشمی که از نظر ظاهر کاملاً طبیعی است از بینایی کامل و طبیعی برخوردار نباشد.

در صورتی که اشکال دید کودک، قبل از ۵ سالگی تشخیص داده شود و تحت درمان قرار گیرد، حتی اگر چشم در این مدت تنبل شده باشد با درمان به موقع، بینایی کامل به دست می آید و به همین دلیل متخصصین معتقدند بهترین زمان برای تشخیص و درمان تنبلی چشم سنین زیر ۵ سالگی است.

هرچه درمان چشم تنبل با تاخیر بیشتری انجام شود، احتمال به دست آوردن بینایی کامل کمتر می شود، به طوری که پس از ۷ تا ۱۰ سالگی، درمان تاثیری در بهبود بینایی نخواهد داشت.

### شایعترین عوامل ایجاد کننده «تنبلی چشم»:

۱- در نزدیک بینی و آستیگماتیسم، اگر دید هر دو چشم بسیار کم باشد، هر دو چشم و اگر تفاوت دید آنها زیاد باشد، چشم ضعیف تر نمی تواند تصویر واضحی از اشیاء دریافت کند و دچار تنبلی می شود.

۲- اشکالات مادرزادی در ساختمان چشم، مانند آب مروارید (کاتاراکت) و پائین افتادگی پلک باعث می شود که چشم نتواند تصویر واضحی از اشیاء دریافت کند و به تدریج دچار تنبلی می شود. در مورد کاتاراکت بهترین درمان «عمل جراحی» است که اگر پس از تولد تا ۳ ماهگی، هرچه سریعتر صورت بگیرد، نتیجه بهتری خواهد داشت. اما پس از ۳ ماهگی، نتیجه جراحی چندان رضایت بخش نخواهد بود.

۳- لوچی یا «انحراف چشم» نیز می تواند باعث دوبینی شده و در نتیجه تصویر واضحی روی شبکیه چشم تشکیل نشود. بدین ترتیب مغز به تدریج برای حذف دوبینی، تصویر چشم منحرف را حذف کرده و تنبلی چشم ایجاد خواهد شد.

### پیشگیری و درمان:

تنها راه پیشگیری از «تنبلی چشم» تشخیص به موقع عوامل ایجاد کننده آن است و از آنجا که بسیاری از این عوامل برای خانواده ها ناشناخته است، چشم همه کودکان باید حداقل ۳ بار قبل از دبستان در زمانهای مختلف معاینه شود:

(۱) ۳ تا ۴ ماهگی

(۲) ۲ تا ۳ سالگی

(۳) ۵ تا ۶ سالگی

همچنین اگر کودکی انحراف چشم دارد، والدین باید او را نزد متخصص برده و تحت درمان قرار دهند.

در برنامه کشوری پیشگیری از تنبلی چشم، چشم همه کودکان ۳ تا ۶ ساله سالی یکبار از نظر وجود آمبلیوپی و عوامل ایجاد کننده آن مورد غربال قرار می گیرد و کودکانی که احتمال ابتلا در آنها وجود دارد برای تشخیص قطعی به اپتومتریست ارجاع داده می شوند .

درمان تنبلی چشم، معمولا بستن چشم سالم است تا چشم تنبل فعال شود و تنبلی آن بر طرف گردد. مدت بستن چشم را، متخصص تعیین می کند و در فواصل مشخص نیز باید به وسیله متخصص معاینه شود. اما گاهی اوقات برای درمان، عینک و در بعضی موارد، جراحی توصیه می شود. اگر تنبلی چشم بر اثر بیماری های مادرزادی مانند آب مروارید، پائین افتادگی پلک یا عیوب ساختمانی ایجاد شده باشد، باید قبل از ۳ ماهگی درمان شود و اگر به علت های دیگر به وجود آمده باشد، درمان قطعی و موثر تا قبل از ۶ سالگی امکان پذیر است و پس از آن درمان معمولا نتیجه خوبی ندارد. گاهی اوقات طول مدت درمان تا چند سال ادامه پیدا می کند . در این صورت والدین کودک باید استقامت، پشتکار و حوصله لازم را داشته باشند و از رفت و آمد مرتب نزد متخصص و سایر مشکلات جنبی آن خسته نشوند.

بنابراین پیگیری کامل روند درمان و رعایت تمامی توصیه های متخصص تا سن ۱۰ سالگی ضروری است.

والدین عزیز:

با رعایت نکات زیر، به سلامت بینایی فرزندانتان کمک کنید:

- ۱) مراجعه سالیانه یک بار به پایگاههای غربالگری تنبلی چشم از سن ۳ سالگی تا ۶ سال .
- ۲) در صورت مشاهده انحراف (لوچی) در چشم کودک، او را نزد متخصص ببرید.
- ۳) اگر متخصص توصیه کرد چشم کودکان را ببندید، طبق دستور او عمل کنید (چشم کودک را کمتر یا بیشتر از زمان تعیین شده، نبندید).
- ۴) در صورت تجویز عینک توسط متخصص، کودک را به استفاده دایمی از آن تشویق کرده و طبق دستور عمل نمایید.
- ۵) در صورت تشخیص تنبلی چشم، حتما تا پایان ۱۰ سالگی و طبق توصیه متخصص ، پیگیر وضعیت بینایی و تغییرات عیوب انکساری چشم کودک خود باشید.

ضمنا در صورت مشاهده هر یک از علائم زیر کودک خود را نزد اپتومتریست یا چشم پزشک ببرید:

۱) هر نوع اختلال بینایی

۲) ظاهر غیرطبیعی چشم مانند مردمک سفید

۳) قرمزی چشمها

#### ۴) حوادث چشمی

توجه:

- صورت کودک خود را همیشه تمیز نگهدارید.

- از ریختن هرگونه دارو در داخل چشمها، بدون تجویز متخصص جدا خودداری نمایید.

"در پایگاههای غربالگری، کودکانی که احتمال دارد مبتلا به تنبلی چشم باشند غربال می شوند و برای تشخیص قطعی باید به اپتومتریست مراجعه شود"

«پایگاه های غربالگری تنبلی چشم آماده پذیرش کودکان ۳ تا ۶ ساله در سراسر استان می باشند»

"برنامه کشوری پیشگیری از تنبلی چشم راهی مطمئن برای حفظ سلامت بینایی کودکان"