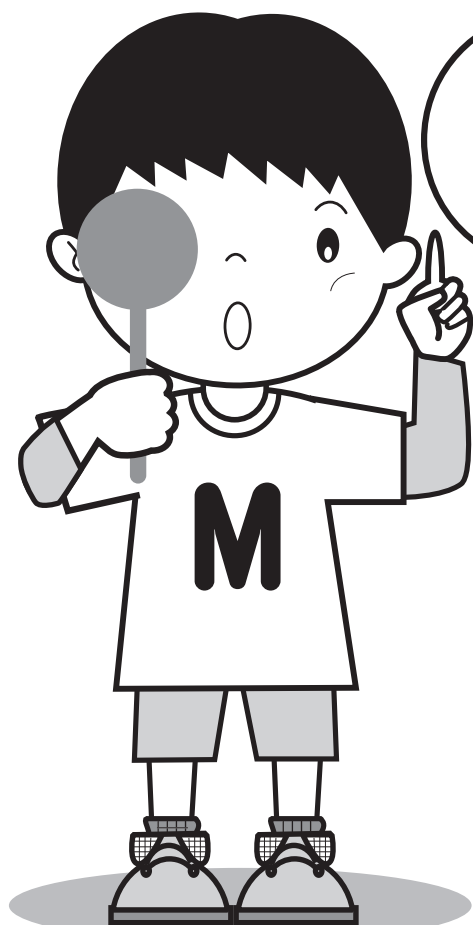


子どものための



のお話

よく見える、
よい目になる
ために

小児療育相談センター



小児療育相談センターは、地域福祉の向上をめざし、こどもの視聴覚検診と療育相談を行っております。このパンフレットは視聴覚検査の**視覚班**が保護者や幼稚園・保育園の先生方にこどもの**目**について知っていただきたいことをまとめたものです。

も

く

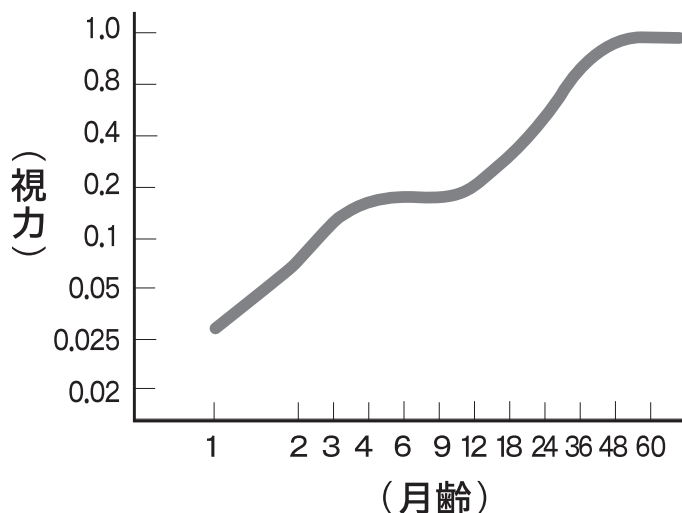
じ

- こどもの目の特ちょう ①
- 幼児の目の異常は
早期発見早期治療が必要です ②
- 弱視といわれましたが... ③
- 眼科でメガネを
すすめられましたか... ③
- 斜視といわれました... ④
- ゲームやテレビは
目に悪いのでしょうか？ ⑤
- 早期発見のポイントとしては... ⑤
- よく見える、よい目になるために ⑥

子どもの目のはたらきは 5～6歳に完成します。

子どもの目は、生れてから、ものを見ることによってだんだん発達し、5～6歳ぐらいにはほぼ完成します。この頃までに視力は1.0～1.2に達し、視力のほか、立体的にもものを見る機能もできあがると言われています。

このような力がついていくためには、毎日の生活のなかで正しく目が使われていくことが大切です。



おおよその視力の発達

幼児の目の異常は 早期発見早期治療が必要です

幼児にもっとも多い目の異常は斜視と屈折異常（遠視・近視・乱視）です。子どもの目は発育の途上にあるので、こうした異常があれば、早く発見し、治療する必要があります。強度の屈折異常や斜視の治療の開始が遅れると、視力の発達が不十分で弱視になったり、両目でものを見るはたらきに障害がもたらされることがあるからです。

遠視とは

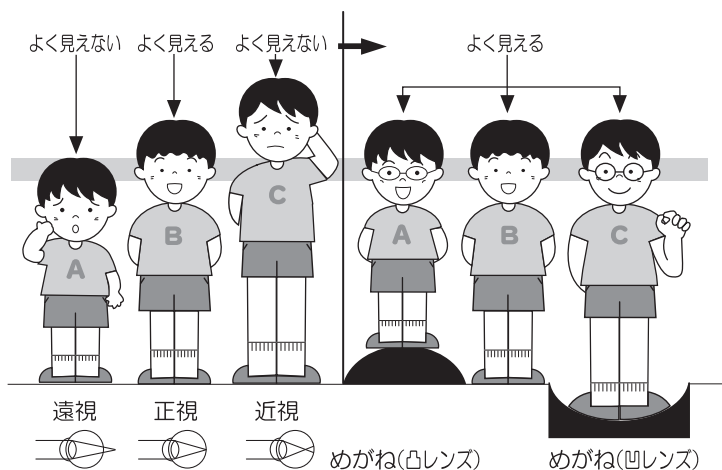
遠くのものも、近くのものも、はっきり見えません。

近視とは

近くものはよく見えますが、遠くものはよく見えません。

乱視とは

ピントがうまく合わず、ものがゆがんで見えます。

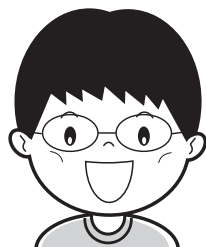


弱視といわれましたが…



弱視というのは視力の発達が途中で止まってしまうことで、治療をしなければ視力がよくなる状態を言います。この場合、メガネをかけてもよい視力はすぐには出ません。

メガネをかけた時点が治療のスタートで、それからしっかり目を使うことが必要なので、視力が出るまでに時間がかかります。



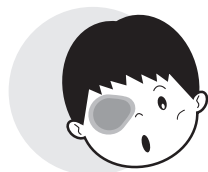
眼科でメガネをすすめられましたか…

3～5歳の視力が発達する段階ですすめられるメガネは視力を伸ばすためのものですから、きちんとかけましょう。早くメガネをかけないと、十分に視力が発達せず、おとなになってからメガネをかけても、よい視力が出なくなってしまうます。

(メガネは弱視の重要な治療法の1つです)

また、片目だけ弱視になっている場合には、メガネとあわせてアイパッチをすすめられることがあります。

(必ず医師の指導の下でおこないましょう)



アイパッチは視力のよい方の目につけて隠すことによって、悪い方の目を使わせ、視力を伸ばします。

斜視といわれました…

斜視とは両眼の視線のそろわない眼位ズレをいいます。

斜視が発生すると、片方の目だけを使ったり、一眼ずつ交替で使ったりするため、視力が伸びないだけでなく、両眼で見る力（両眼視機能）が障害されることになります。



斜視にはおもに次のようなものが多くみられます。

外斜視

—— 一眼が外にはずれる

内斜視

—— 一眼が内側に寄る

上下斜視

—— 上や下にはずれる

実際には斜視ではなく、見かけ上、斜視のように見える偽斜視ぎしゃしというのがあります。乳幼児は鼻梁びりょう（鼻のつけね）が低いため、その部分の皮膚が張りだして白目にかぶさるので、あたかも斜視のように見えるのです。この場合、治療の必要はありません。しかし、本当の斜視は放っておいても治りません。できるだけ早い時期に眼科を受診し、適切な治療を受けるようにしましょう。

ゲームやテレビは目に悪いのでしょうか？

見方に気をつければ害ばかりではありませんが、テレビは部屋の明るさや距離、姿勢に注意して見るようにしましょう。

ゲームも姿勢や照明に気をつけて、あまり長時間はやらないようにしましょう。1日30分以内を心がけてください。

早期発見のポイントとしては…

次のようなことが
1つのサインに
なることがあります。

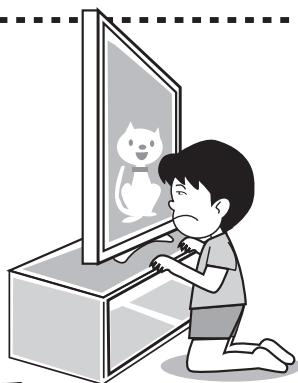


テレビを見ているとき、
このようなしぐさが気にな
ることはありませんか？

- 首をまげる
- 目を細める
- 横目で見る
- 極端に近くで見る
- 片方の目をかくすといやがる

そのほか

- 明るいところで片目をつぶる
- 目が寄っていたり、外側にはずれていたりする
- まぶしがる



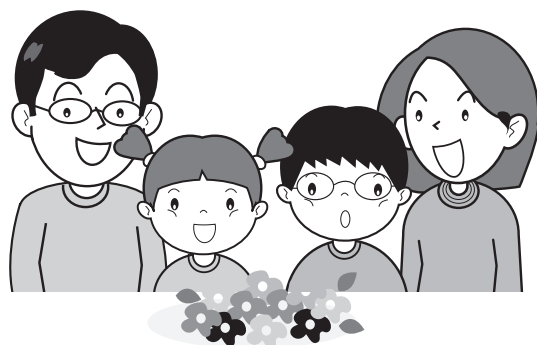
よく見える、よい目に

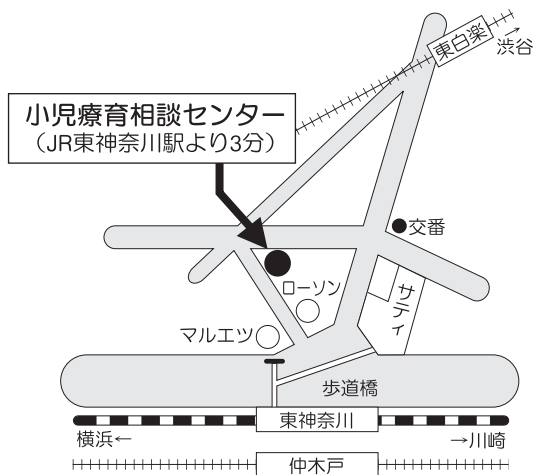


なるために

子どもの視力や両眼視機能は日々発育しています。もし発育をさまたげるものがあれば発育時期にそれを取り除いてあげる、また足りないものがあれば補ってあげなければなりません。

子どもは目に異常があっても自分から訴えることはありません。それは、ほとんどが生まれたときからもっているものだからです。そこで親や保育者は目の異常や問題を早く発見し、適切な時期に必要な治療を行い、よく見えるよい目を育てるために協力してあげましょう。





社会福祉法人 **新 生 会**
小児療育相談センター

〒221-0822 横浜市神奈川区西神奈川1-9-1

検 診 事 業 部 045(321)1773(直通)
小児眼科診療室 045(321)1724(直通)