

## Лечебно-оздоровительные мероприятия для детей с нарушениями зрения

Вид деятельности, мероприятия	Дозировка, размеры, расстояние
<b>Профилактические мероприятия</b>	
<i>1. Гигиена зрения</i>	
<p>1. Четкое выполнение санитарно-гигиенических требований:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мебель, соответствующая росту детей, на регулируемых ножках;</li> <li>- использование фланелеграфов, наклонных подставок, конторок;</li> <li>- упражнения на тренажере В. Ф. Базарного;</li> <li>- систематическое проведение гимнастики для глаз;</li> <li>- правильная посадка детей во время образовательной деятельности (свет падает слева; учет окклюзии).</li> </ul> <p>2. Необходимая освещенность.</p> <p>3. Соблюдение ортопедического режима</p>	<p>200 Лк при лампах накаливания, 400 лк при люминесцентном освещении Расстояние от глаз до рассматриваемой поверхности - 33 см</p>
<i>2. Режим зрительной нагрузки</i>	
<p>Нагрузка дается с учетом остроты зрения ребенка:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- при зрении детей до 0,04</li> <li>- при зрении 0,05 – 0,1</li> <li>- при зрении 0,2 – 0,3</li> <li>- при зрении 0,4 и выше</li> </ul>	<p>размер предмета – 3-5 см размер предмета – 3 см размер предмета – 2 см размер предмета – до 1см</p>
<b>Строгое дозирование зрительной нагрузки</b>	
С 2 до 3 лет	3 – 5 мин
С 3 до 4 лет	4 – 7 мин
С 4 до 5 лет	7 – 12 мин
С 5 до 6 лет	10 – 15 мин
С 6 до 7 лет	15 – 20 мин
<b>Профилактика зрительного утомления</b>	
<p>1. Гимнастика для глаз по методике Аветисова. 2. Тренировка для глаз по методике В.Ф.Базарного. 3. Тренировка резервов аккомодации и конвергенции</p>	<p>По назначению врача от 2-х раз в день и более</p>

## **Лечебные мероприятия**

(назначаются индивидуально,  
с учетом возраста ребенка и состояния его здоровья,  
поэтапно)

### **Этапы:**

**1.** При необходимости оптимальная *оптическая коррекция* (очки, контактные линзы).

### **2. Плеоптика:**

- окклюзия, засветы и переориентирование оси зрительной фиксации, лазерплеоптика, макулотестор;
- амблиотренер, макулостимулятор, АСО, АМО-АТОС, магнитостимуляция, перефовеальная пенализация, очки ЛАЗЕР–ВИЖН, компьютерная программа «Поттерн», «Беби док», комплекс сенсорных мановизуальных упражнений.

### **3. Ортоптика:**

- окклюзия, засветы по Чермаку, занятия на синоптофоре со стеклами Багалини и призмами, цветовом приборе.

### **4. Хирургическое лечение детей с косоглазием.**

### **5. Диплоптика:**

- снятие окклюзии, занятия на диплоптических наборах, цветовом приборе, стекла Багалини, тренировки резервов фузии, упражнения на ф.двоения, упражнения на укрепление БХЗ.

### **6. Стереоптика:**

- стереоигры, стереотренировки, бивизотренер, стереоскоп.

### **Физиолечение:**

- электрофорезы;
- магнитостимуляторы;
- рассасывающие и кератопластические препараты