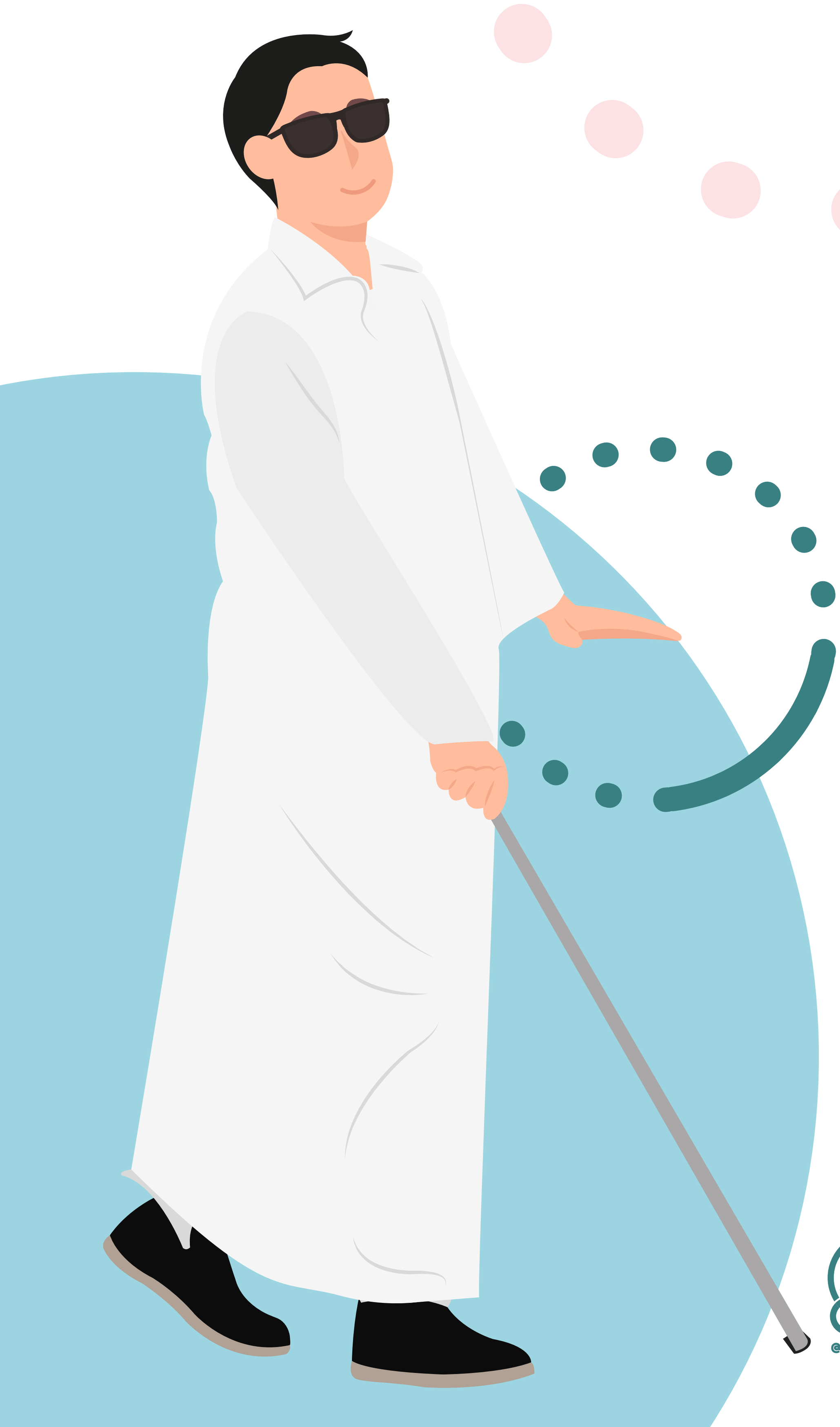
وزارة الصحة
Ministry of Health

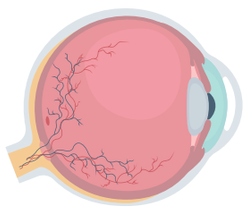
العمى



عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

ما هي الأسباب الرئيسية للعمى الممكن تجنبها وعلاجها؟



عتامة القرنية

- نقص فيتامين A بسبب سوء التغذية.
- الضمور البقعي المرتبط بالتقدم بالعمر
- الأمراض المؤدية لعمى الأطفال
- اعتلال الشبكية السكري
- إصابه القرنية بجروح بسبب الأمراض الانتقالية
- الجلوكوما (ارتفاع ضغط العين)
- الساد (عتامة عدسة العين)
- العيوب الانكسارية الغير المصححة

للوقاية من العمى احرص على

- إجراء الفحص الدوري للعين
- حماية العين من الإصابات
- الوقاية من الأمراض المعدية
- التحكم بالأمراض التي يمكن أن تسبب العمى. (مثل السكري والجلوكوما)
- مراجعة طبيب العيون فورًا عند ملاحظة أي تغيير بالنظر

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

ما هي طريقة **برايـــل؟**

تعرف طريقة برايل بأنها نظام كتابة اخترعه المخترع الفرنسي لويس برايل، لكي يتمكن المكفوفين من القراءة، ويقوم معلى حروف أبجدية على شكل رموز بارزة وظاهرة على الورق تُمكِّن المكفوفين من القراءة عن طريق استعمال حاسة اللمس.

ما هي أساسيات **طريقة برايل؟**

تعتمد طريقة برايل على استعمال قالب واحد أساسي يعرف بالخلية، حيث تتشكل هذه الخلية من مجموعة من الرموز التي تعكس الحروف والأرقام باللغة العربية واللغة الإنجليزية، بالإضافة إلى علامات التشكيل والترقيم، وتتكون كل خلية من ست نقاط مرتبة في عمودين متجاورين، فيكون في العمود الأيسر النقاط 1، 2، 3، بينما يكون في العمود الأيمن النقاط 4، 5، 6، ويكون بعض هذه النقاط بارزاً أكثر من غيره طبقاً لطبيعة الحرف أو الرمز المكتوب.

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

ما هي العصا البيضاء؟

هي أداة يستخدمها الكفيف للتحرك في محيطه، وعادة ما تكون عصا طويلة وصلبة ذات رأس معدني أو بلاستيكي. يمكن أن يبسطها الكفيف أمامه ويعيد طيها ليتحسس طريقه ولتحذيره من وجود أية عوائق أو تغير في المكان.

وتشمل هذه المعلومات التراكيب والمواد المختلفة والأصوات الصادرة عنها ومكان هذه العوائق، كما أن العصا البيضاء تدل الآخرين في المجتمع على أن حامل هذه العصا شخص كفيف.

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

فحوصات العيون

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

ماهي أهم
فحوصات العيون؟

- اختبار عمى الألوان
- تنظير قاع العين
- طبقية القرنية
- التصوير البصري
- اختبار الجفاف
- فحص مجال الرؤية
- فحص النظر
- ضغط العين

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

متي يجب
فحص العينين؟

خلال عمر
20 - 40 سنة
(كل 5 - 10 سنوات)

الأطفال من عمر 3
أعوام و أصغر
(كل 1-2 سنة)

الأطفال في سن
المدرسة و المراهقون
(كل 1-2 سنة)

الأطفال
من عمر 3
أعوام و أصغر

بين عمري
40 و 50 سنة
(كل 2-4 سنوات)

بين عمر
55 و 64 سنة
(كل 1-3 سنوات)

بعد عمر
65 سنة
(كل 1-2 سنوات)

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

علامات تدل على
ضعف النظر عند طفلك

افحص نظرك

ظهور الحول

تصغير العينين عند رؤية الأشياء البعيدة كالسبورة مثلاً

إمالة الرأس

تقريب الكتاب أثناء القراءة

احمرار العينين

الحساسية الشديدة للإضاءة

فرك العينين بشدة

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

فحوصات العيون
أيـــن تـجـدهـــا؟

مراكز الرعـــــاية الأولية

- جميع المـــستشفيات والمـــدن الطبـــية
- مستشـــــفى العـــيـــون بـــجـــدة
- مـستـــشـــفى العـــــيون التخصصي بالظـهران
- مســـــتشـــفى المـــلك خـــالد للعيـــــون

التحويل للمستشفيات المتخصصة:

يجب إرفاق آخر تقرير طبي للحالة من طبيب عيون في مستشفى حكومي أو خاص)

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

احرص على إجراء فحص العين لابنك للتأكد من سلامة عينيه.

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

فحوصات العين للأطفال

فحوصـــات يقوم بهـــا أخصائـــي بصريات أو طبيب عيون لتقييم صحة عين الطفل وبصره

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

لماذا من المهم القيام بفحوصات العيـــون للأطفـــال؟

- للتأكد من سلامتها وعدم وجود أي مشاكل في الرؤية.
- اختبارات العين المبكرة مهمة لأن الأطفال يحتاجون إلى المهارات البصرية الضرورية للتعلم الأمثل:

- حدة الإبصار في جميع المسافات
- مهارات تناغم دقيقة ومريحة لكلتا العينين
- مهارات الحركة الدقيقة للعين
- مهارات تركيز دقيقة ومريحة

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

متى يجب فحص العيون لـ طفـــلك؟

فحص شامل للعين في عمر 6 أشهر

فحص في سن 3 سنوات

فحص قبل المدرسة في سن 5 أو 6 سنوات

- كل سنتين يتم فحص العين للأطفال إذا لم يكن هناك حاجة لتصحيح النظر.
- سنويًا يتم فحص العين للأطفال الذين يرتدون النظارات الطبية أو العدسات اللاصقة.

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

اختبار العين لطفلك الرضيع

اختبار استجابة حدقة العين

هل تنفتح العينين وتنغلق بشكل صحيح في وجود الضوء أو غيابه؟

اختبار التثبيت والمتابعة

هل تستطيع عينا طفلك أن تثبت على شيء ما مثل الضوء وتتابعه أثناء تحركه؟ (يجب أن يكون الرضع قادرين على ذلك عند بلوغهم 3 أشهر.)

النظر التفضيلي

استخدم بطاقة فارغة من جانب مع وجود خطوط على الجانب الآخر لجذب نظرة الرضيع إلى الخطوط.

(يجب أن يكون الأطفال قادرين على الرؤية مثل البالغين بعمر 6 أشهر)

عش بصحة
@LiveWellMOH

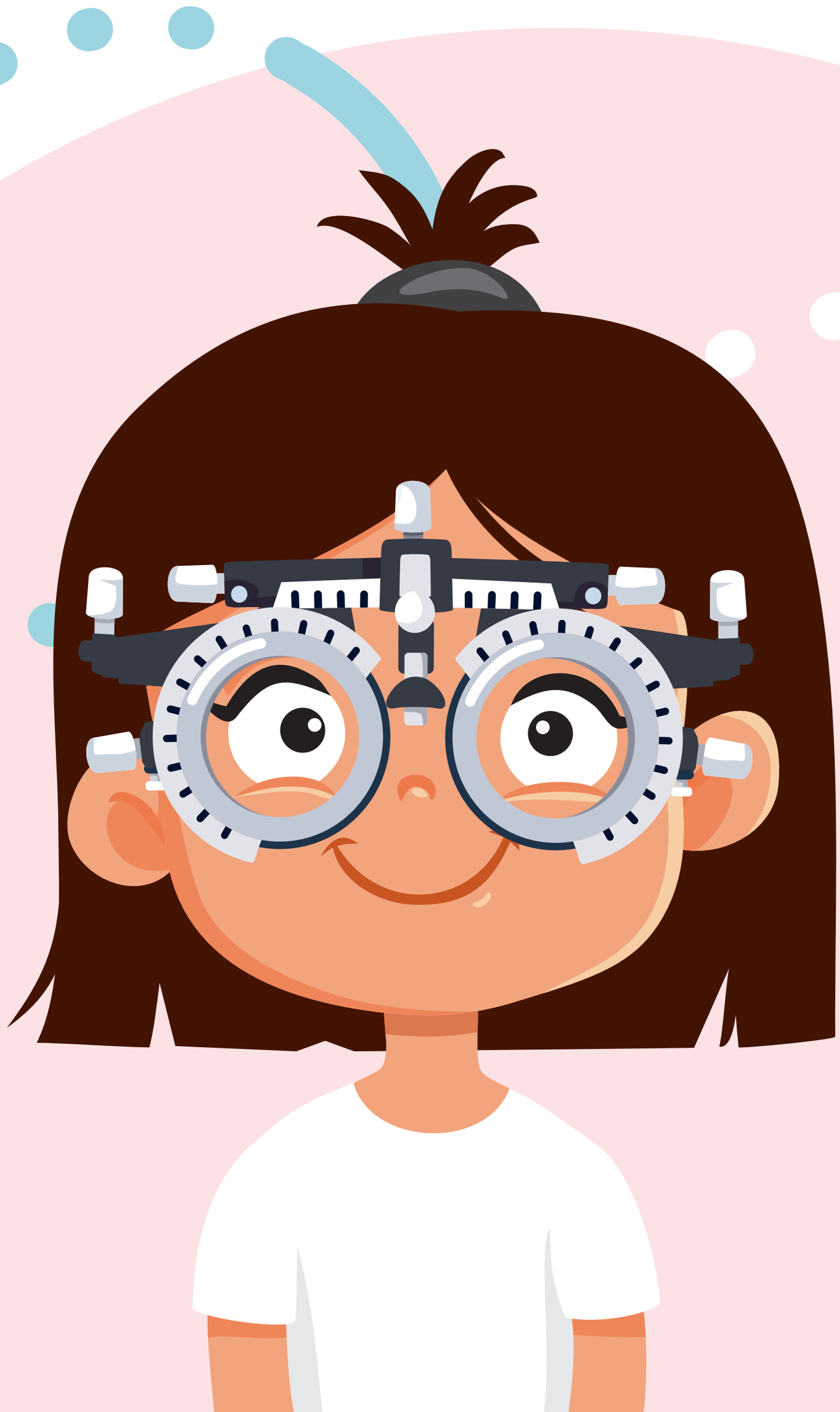
وزارة الصحة
Ministry of Health

اختبار العين للأطفال في سن ما قبل المدرسة

الأطفال في سن ما قبل المدرسة لا يحتاجون إلى معرفة الحروف من أجل اختبارات العيون (يتم استخدام رموز في هذه الاختبارات تشمل تفاحة ومنزل ومربع).

اختبار تنظير الشبكية/ تسليط الضوء على العين لمراقبة الانعكاس من الجزء الخلفي من العين (الشبكية) لمعرفة ما إذا كان طفلك يعاني من غشاوة في عدسة العين أو خطأ انكساري كبير.

اختبار التجسيم النقطي العشوائي/ قياس مدى جودة عمل عينا طفلك معًا بشكل متناغم كفريق.



عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

مشاكل النظر الشائعة لدى أطفال المدارس

- قصر أو طول النظر واللابؤرية
- كسل العين/ انخفاض الرؤية في إحدى العينين أو كلتيهما دون حدوث ضرر تشريحي يمكن اكتشافه.
- المحاذاة غير الصحيحة للعينين (الحَوَل).
- عدم كفاية التقارب: عدم محاذاة العين عند مشاهدة الأشياء القريبة.
- ضعف التركيز والإدراك وعمى الألوان.
- بصيلات رمش غير طبيعية، نتوءات، و إفرازات العين وتورمها (الوذمة).
- الغَشَاوَة

*الطفل الذي لا يستطيع الرؤية أو مشاهدة السبورة يصاب بالإحباط، مما يؤدي إلى ضعف الأداء الدراسي.

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

كيف تستعد لموعد فحص عيون طفلك؟

- اختر وقتًا يكون فيه طفلك بحالة استعداد وحيوية
- تعرف على ما يتضمنه الفحص: تاريخ الحالة، واختبار النظر، وتحديد ما إذا كانت النظارات الطبية ضرورية، واختبار محاذاة العين، وتقييم صحة العين، وصفة طبية للنظارات.
- تأكد من إخبار الطبيب إذا كان لدى طفلك أي أعراض تشير إلى وجود أمراض في العين أو مشاكل في الرؤية.

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

قصة يارا

انقر هنا لمشاهدة الفيديو

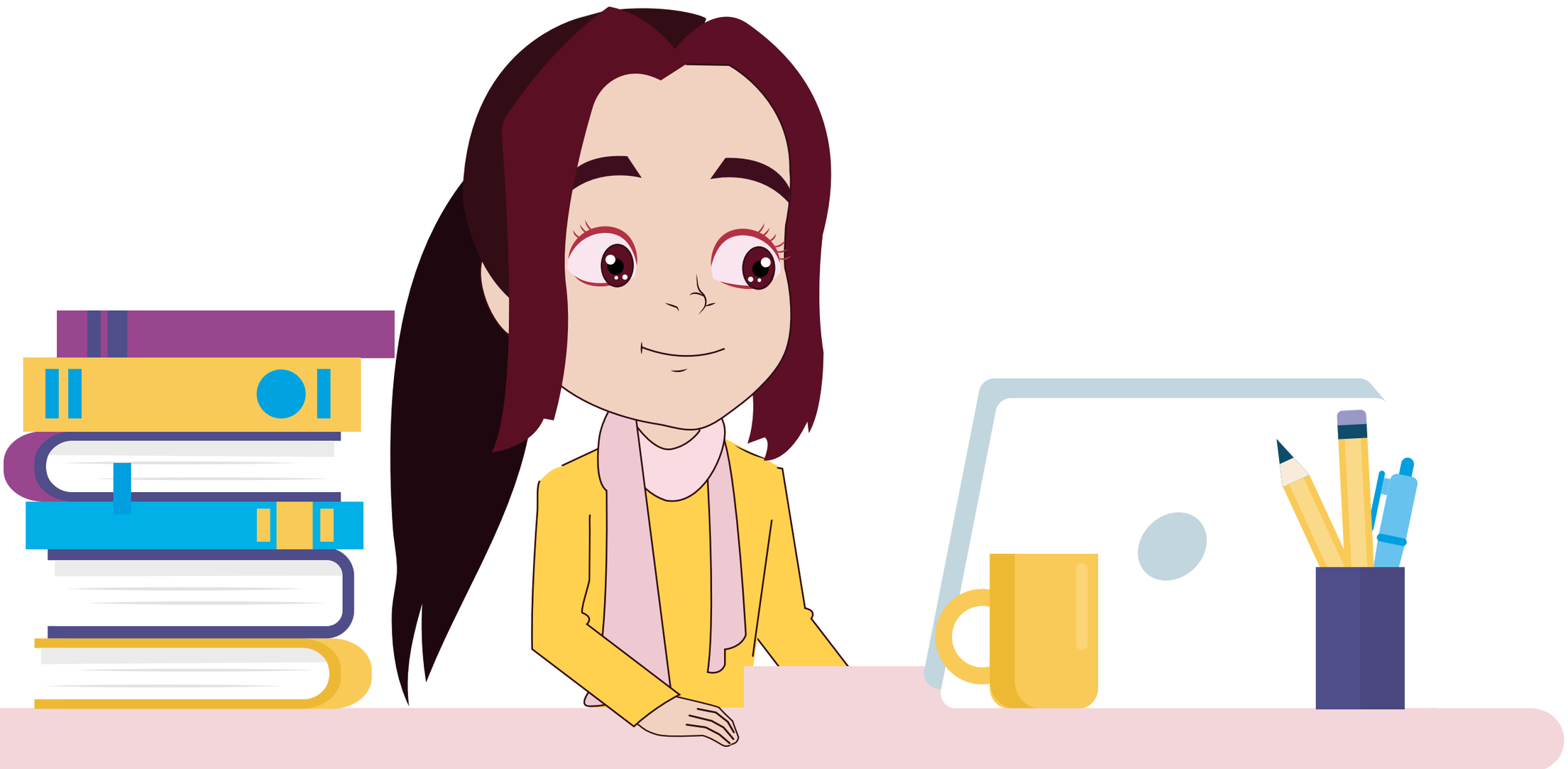
عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

لحماية عيون صغارنا

خصوصاً وقت التعليم عن بعد

- خذ استراحة كل 20 دقيقة
- اضبط إضاءة الغرفة وتجنب الإضاءة الساطعة
- ارمش بعينك باستمرار لترطيب العين
- قلل من استخدام الهاتف قبل النوم بساعتين إلى ثلاث ساعات
- ابعد الشاشة عن عينيك
- قلل السطوع وحافظ على شاشة نظيفة
- عند الشعور بالجفاف استخدم القطرات المرطبة



عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

اهمية فحص العيون

انقر هنا لمشاهدة الفيديو

عش بصحة
@LiveWellMOH

وزارة الصحة
Ministry of Health

هـل أعجـبك هـذا المـلف؟

هنا تجد المزيد

LiveWellMOH
LiveWellMOH
@LiveWellMOH
@LiveWellMOH
@LiveWell
LiveWellMOH
LiveWellMOH

عش بصحة
@LiveWellMOH