

10月 ほけんだより

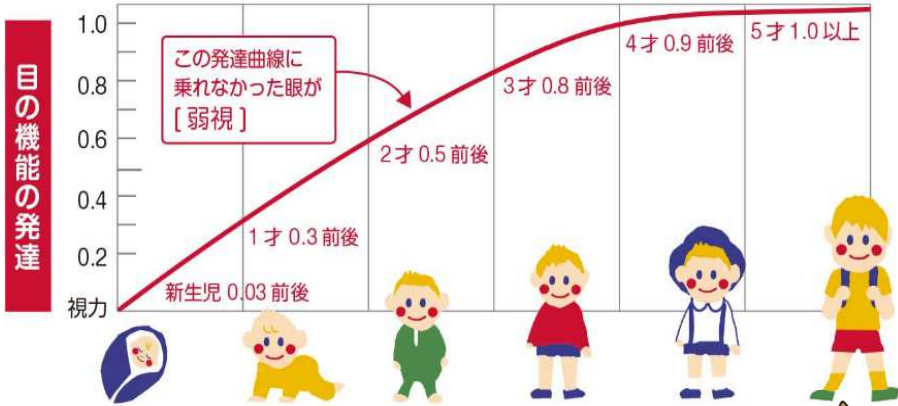


目の愛護デー

暑さが少し和らぎようやく外遊びが楽しめる季節になってきました。お祭りなど楽しい行事も目白押し！季節の移り変わりを楽しめると良いですね♪

さて、10月10日は目の愛護デーとなっています。子どもたちへも目を大切にする事の重要さを話す機会にしてください。また、目の見え方の発達について理解していきましょう。

子どもの目の発達は6歳ごろになると約1.0になるといわれています。3歳からは視力検査が可能になってくるので、3歳児検診は重要になってきます。10歳ごろまで視力発達は重要で「視覚感受性期」と言われています。適切な時期に目の治療をすることで視機能の発達に繋がります。



知っておきたい 子どもの目のトラブル

こんなときは要注意



目をこする、まばたきが多い

かゆいときや痛いときは、手で目をこすったり、まばたきが増えたりします。



涙でうるうるする、充血している

目を覆う結膜に炎症が起きていると、涙が増えたり、充血したりします。



目やにが増える

涙や分泌物が増えるために、目やにが増えます。

流行性角結膜炎（はやり目）

ウイルスが結膜に感染し、炎症を起こします。目やにが増えたり、白目が充血したりするほか、黒目に白い膜ができることがあります。感染力が強く、うつりやすいため、「はやり目」とも呼ばれます。

うちでは……

タオルや寝具を介してうつることがあるので、**タオルの共有は避け、枕カバーやシーツをこまめに交換**しましょう。

ウイルスのついた手で目に触ると感染するので、**こまめに手を洗う**ことも重要です。

登園再開の目安

結膜炎の症状が消えたこと

麦粒腫（ものもらい）

まぶたに細菌が感染して、目の縁やまぶたが赤くはれます。目がゴロゴロしたり痛みが出たりしますが、子どもはうまく言えません。まぶたがはれているときや目をしきりに触るときは受診しましょう。

うちでは……

ほかの人にうつることはなく、薬を正しく使えばすぐに治ります。ただ、目を触るとぶり返したり、長引いたりすることもあるため、**目を気にするそぶりがあるときは、冷やしたタオルを目に当ててあげ**ましょう。かゆみや不快感がやわらぎます。

登園再開の目安

人にうつらないため、目を休む必要はありません

弱視について

- ① 機能弱視・・・治療や訓練により視力が発達するもの
- ② 器質弱視・・・眼球の病気が原因、治療や訓練でも視力発達が困難なもの

●機能弱視の主な4種類●

1. 屈折異常弱視

遠視や近視、乱視の程度が両眼とも強いために起こる弱視

2. 斜視弱視

斜視があるために起こる片眼の視力成長障害

3. 態覚遮断弱視

乳幼児期に形態覚を遮断することによって非可逆的視力低下をきたしたもの

・形態覚・・・網膜に伝わった光から物体の形や存在を認識する能力

・非可逆的視力低下・・・治療が困難で回復が見込めない視力低下のこと

4. 不同視弱視

屈折異常(遠視や近視、乱視)に左右差があること(これを不同視という)で起こる片眼の弱視

引用：日本弱視斜視学会