

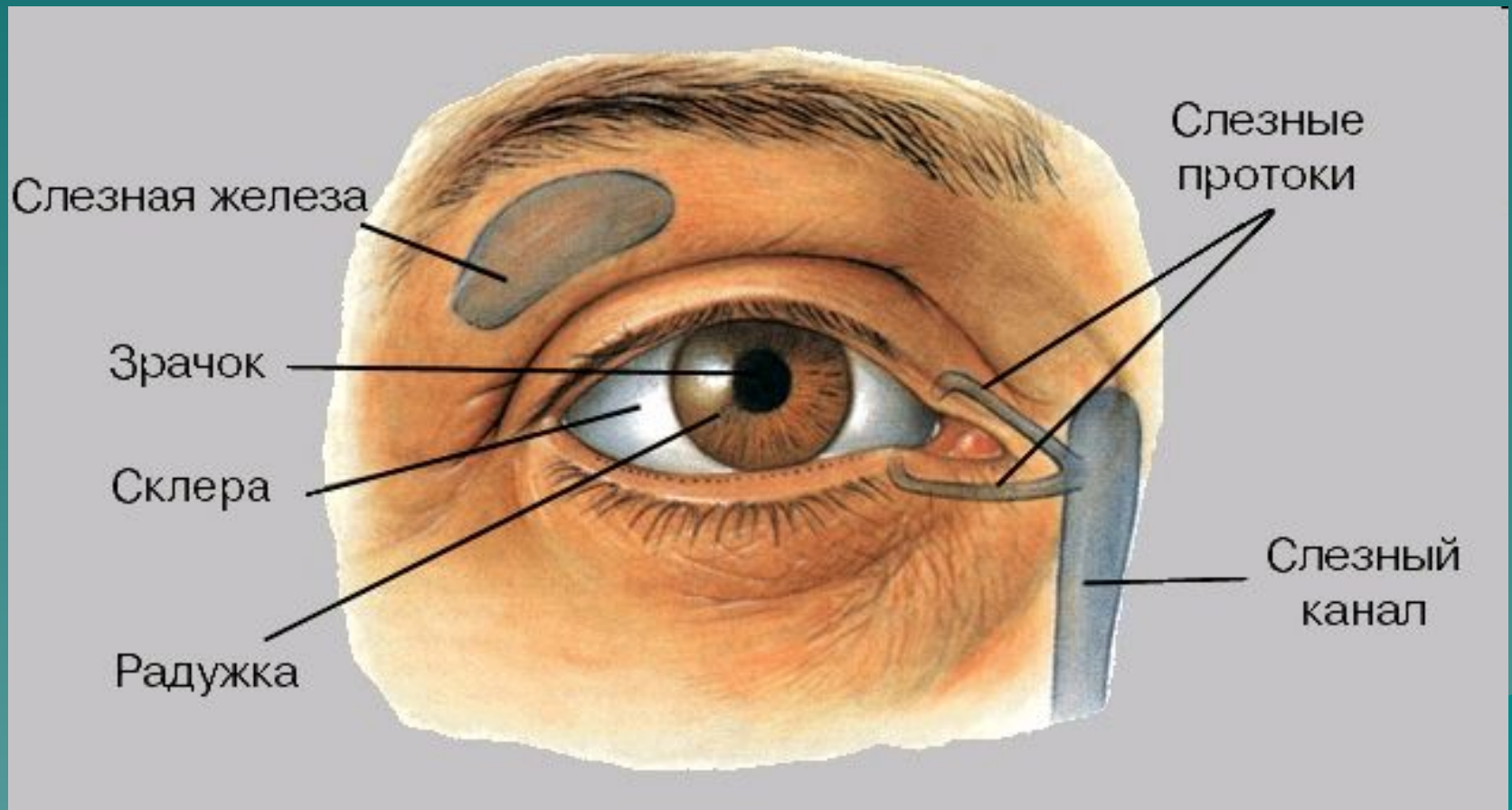
# Зрение – бесценный дар



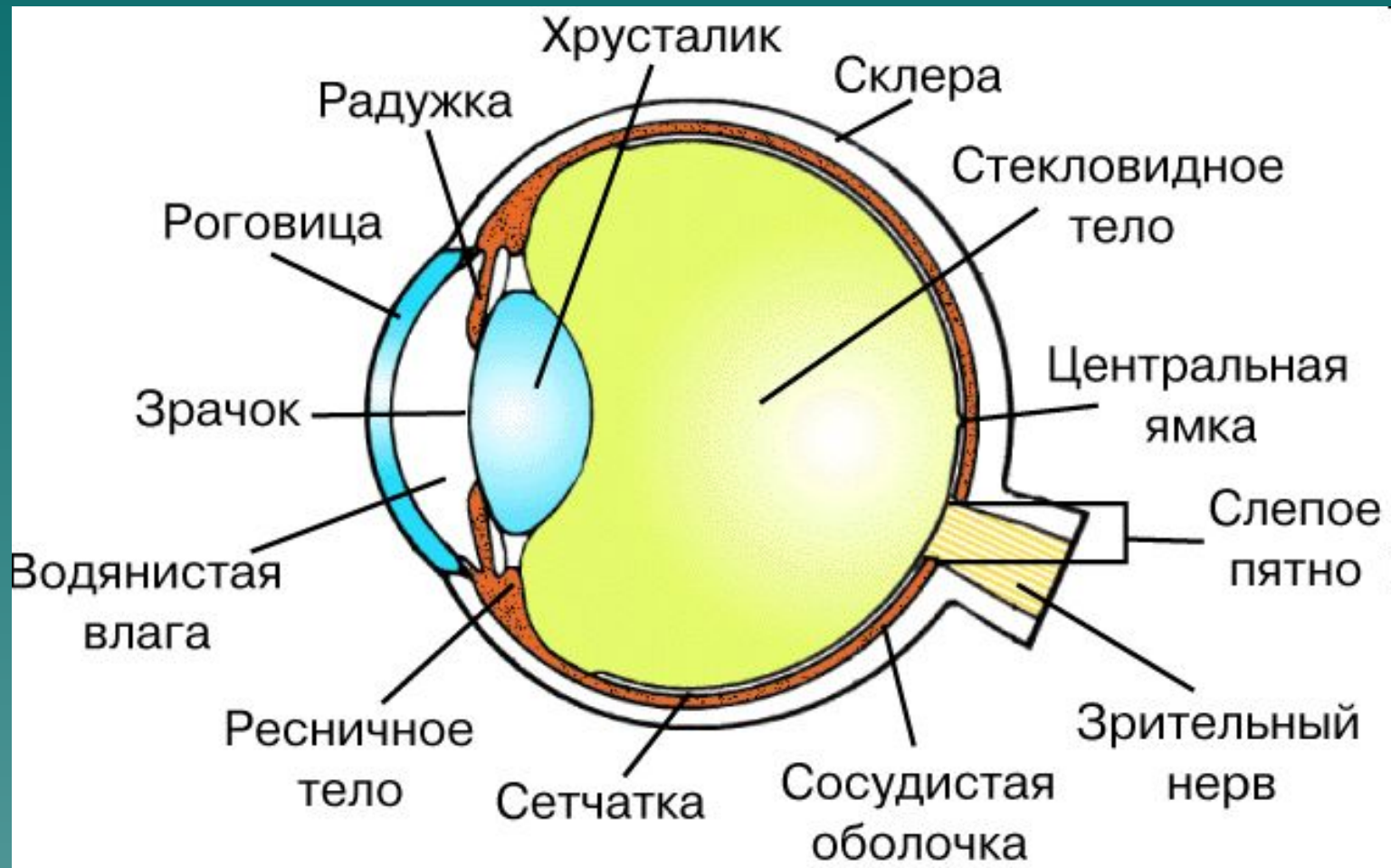
# Цели исследования

- ◆ Установить причины нарушения функций органа зрения человека;
- ◆ Рассмотреть наиболее известные заболевания органов зрения;

# Защитные системы глаза



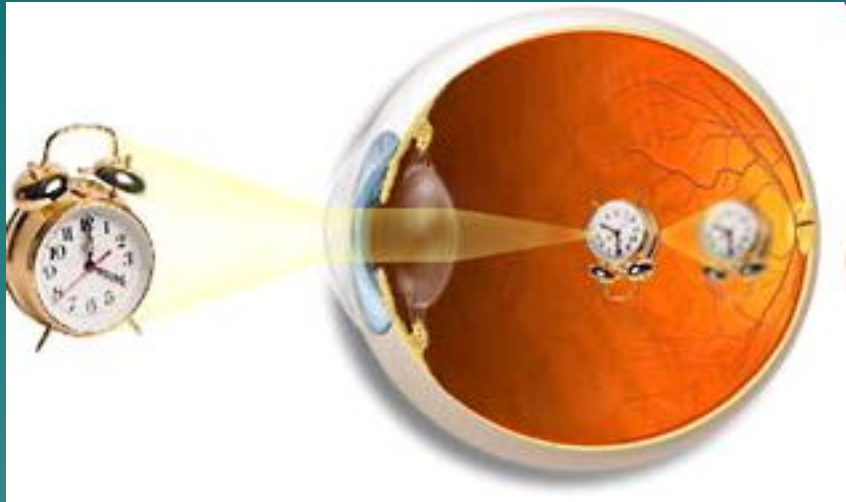
# Строение человеческого глаза



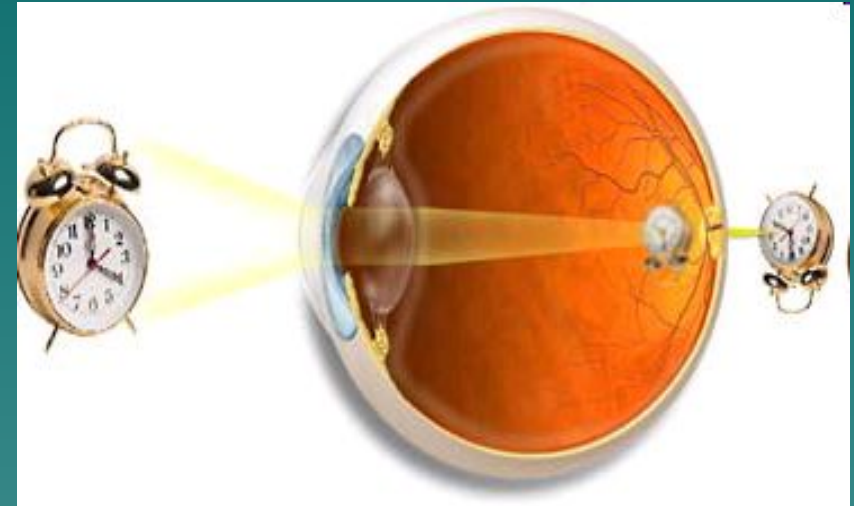
# Причины нарушения зрения

- ◆ Травмы
- ◆ Нарушение гигиены зрения
- ◆ Инфекционные заболевания

# Нарушения аккомодации

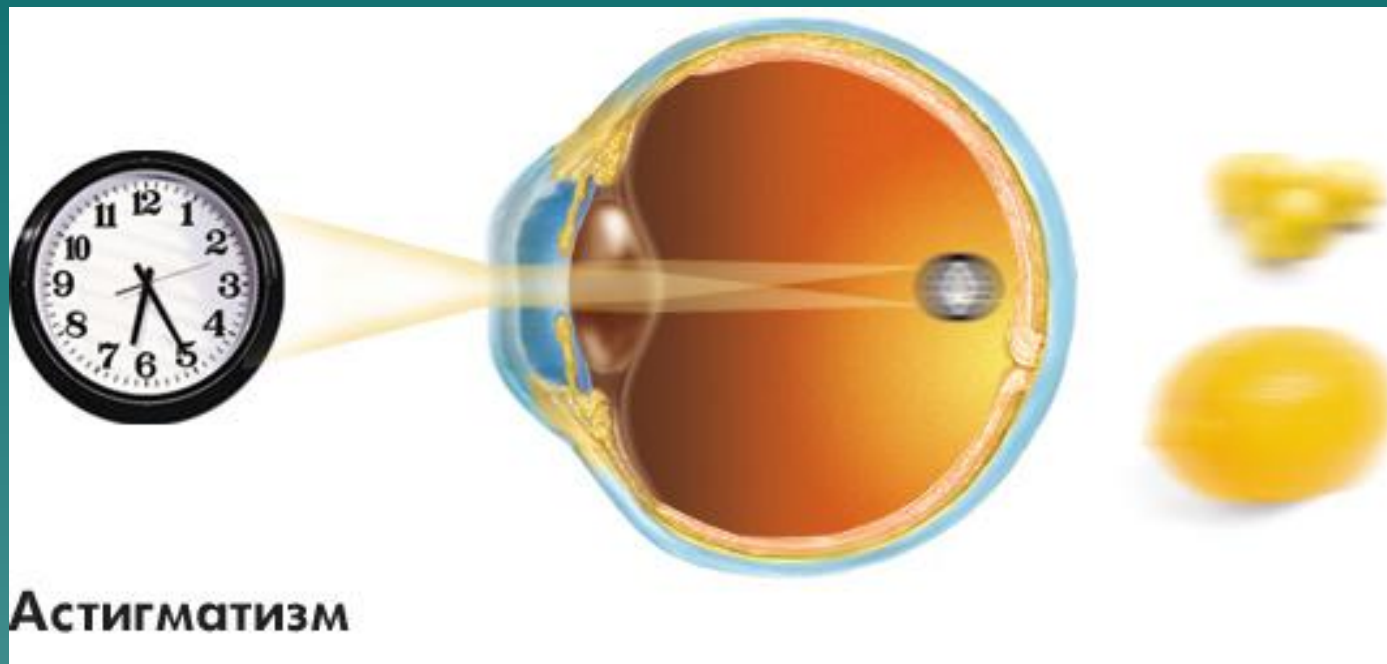


**Близорукость** или **миопия** — это дефект зрения, при котором изображение падает не на сетчатку глаза, а перед ней из-за того, что преломляющая система глаза обладает увеличенной оптической силой и слишком сильно фокусирует (относительно данного переднезаднего размера глазного яблока).



**Дальнозоркость** (гиперметропия) - это нарушение зрения, при котором изображение предмета формируется не на сетчатке, а за ней.

# Астигматизм



Астигматизм - это самая частая причина низкого зрения, часто сопровождающая близорукость или дальнозоркость. Его причиной является неправильная форма роговицы, что исправляется очками, контактными линзами или рефракционной хирургией.



# Катаракта – помутнение хрусталика глаза.

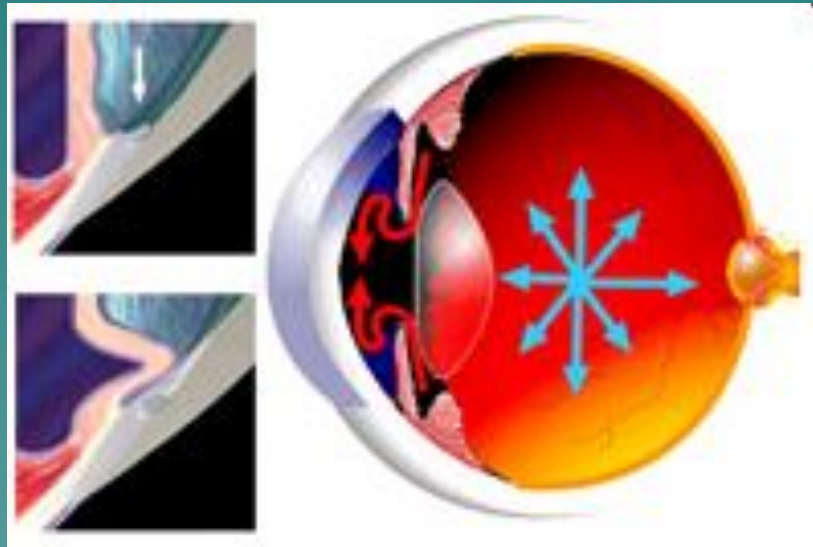


Единственный, наиболее верный путь избавления от катаракты - это **хирургический**, который сегодня усовершенствован до такой степени, что операцию можно проводить даже в амбулаторных условиях.



# Глаукома

Традиционное определение понятия глаукомы заключается в том, что этот термин объединяет большую группу заболеваний глаза, характеризующуюся постоянным или периодическим повышением внутриглазного давления, из-за нарушения оттока водянистой влаги из глаза. Последствием повышения давления является развитие характерных для глаукомы нарушений зрительных функций и атрофии зрительного нерва.




# Инфекционные заболевания глаз

**Конъюнктивит** – воспаление слизистой оболочки глаза при попадании в нее микробов, грибков, вирусов. Иногда конъюнктивит называют еще "кроличьи глаза". Это связано с тем, что болезнь часто сопровождается покраснением век.

Различают бактериальную, вирусную и аллергическую форму конъюнктивита. При бактериальной форме обычно инфицируются оба глаза и сопровождается обильным выделением слизи. Вирусная форма, как правило, поражает один глаз и сопровождается слезливостью и легкими выделениями. Обе эти формы болезни очень заразные и легко передаются при контакте с больным.

# Профилактика нарушений зрения

1. Следите за расстоянием от глаз до книги или компьютерного монитора.
  2. Не читайте в движущемся транспорте и лежа.
  3. Следите за освещенностью помещения в котором вы работаете.
  4. Оберегайте глаза при работе с опасными веществами защитными очками.
  5. Не трите глаза грязными руками.
  6. При длительной работе давайте глазам отдых, выполняйте гимнастику для глаз.
- 

# Гимнастика для глаз

- ◆ Выполнять сидя или стоя, с максимальной амплитудой глаз.
- ◆ Упражнение 1.  
Закрывать глаза, сильно напрягая глазные мышцы, на счет 1-4, затем раскрыть глаза, расслабить мышцы глаз, посмотреть вдаль через окно на счет 1-6. Повторить 4-5 раз.
- ◆ Упражнение 2.  
Не поворачивая головы, посмотреть направо и зафиксировать взгляд на счет 1-4, затем посмотреть вдаль прямо на счет 1-6. Аналогичным образом проводятся упражнения, но с фиксацией взгляда влево, вверх и вниз. Повторить 2 раза.
- ◆ Упражнение 3.  
Голову держать прямо. Поморгать, не напрягая глазные мышцы, на счет 10-15
- ◆ Упражнение 4.  
Перенести взгляд быстро по диагонали: направо вверх - налево вниз, потом прямо вдаль на счет 1-6, затем налево вверх - направо вниз и посмотреть вдаль на счет 1-6.
- ◆ Упражнение 5.  
Закрывать глаза, не напрягая глазные мышцы на счет 1-4, широко раскрыть глаза и посмотреть вдаль на счет 1-6. Повторить 2-3 раза.
- ◆ Упражнение 6.  
Не поворачивая головы (голова прямо), делать медленно круговые движения глазами вверх-вправо-вниз-влево и в обратную сторону: вверх-влево-вниз-вправо. Затем посмотреть вдаль на счет 1-6.
- ◆ Упражнение 7.  
При неподвижной голове перевести взор с фиксацией его на счет 1-4 вверх, на счет 1-6 прямо, после чего аналогичным образом вниз-прямо, вправо-прямо, влево-прямо. Прodelать движение по диагонали в одну и другую стороны с переводом глаз прямо на счет 1-6.

# Профилактика распространения инфекций глаз

- Пользуйтесь только своим полотенцем и наволочкой;
- Систематически мойте руки, особенно если вы касаетесь глаз;
- Если есть возможность, не ходите в общественные места, в школу, на работу; Не давайте хлорке попасть в глаза. Она усугубит ваше состояние. Поэтому избегайте общественных бассейнов и хлорированной воды в водопроводе.

# Достижения офтальмологии



**Святослав Николаевич  
Федоров**

**(1927-2000) – один из основателей отечественной офтальмологии. Разработал ряд выдающихся методов микрохирургии глаза. Благодаря разработкам великого хирурга многие люди обретают утраченное зрение.**



# Один из многочисленных центров микрохирургии глаза им. С.Федорова



# Выводы

- ◆ **Нарушения зрения могут быть наследственными и приобретенными.;**
- ◆ **Для сохранения здоровья глаз необходимо соблюдать правила гигиены зрения;**
- ◆ **Достижения отечественной и мировой офтальмологии способствуют успешному лечению заболеваний органов зрения.**

# Использованные ресурсы

- ◆ <http://ru.wikipedia.org>
- ◆ <http://www.google.ru>
- ◆ <http://wolcha.ru>
- ◆ <http://static.baza.farpost.ru>
- ◆ <http://img-2006-01.photosight.ru>
- ◆ <http://shrus3.hoter.ru>
- ◆ <http://prikol.i.ua>
- ◆ <http://prikol.i.ua>
- ◆ <http://otvet.mail.ru>
- ◆ <http://guru.sevstar.net>
- ◆ <http://dic.academic.ru>