



≪ 幼児の視力について ≫

先日、視力検査を行い、視力がよくなかったお子さんには受診をお勧めしました。2年生は前回に比べて視力が上がったお子さんが多かったです。視力が発達し、検査の際の集中力もついてきたのではないかと思います。



弱視について

新生児は明暗がわかるくらいの視力ですが、外界のいろいろな物を見つめることによって視力は発達し、5～6歳になると1.0に近づきます。

視力の発達期に、視力の発達が損なわれるような目の異常があると、めがねをかけてもよく見えない状態になってしまいます。これを弱視といいます。

弱視には、次のようなものがあります。

- 屈折性弱視 : 両方の目に強い遠視や乱視があると、くっきりとした物を見る機会がありません。
- 不同視性弱視 : 片方の目に強い遠視や乱視があると、その目はくっきりとした物を見る機会がありません。
- 斜視性弱視 : 斜視(片方の目の視線がずれている状態)では、その目は物を見ていない状態になっています。

視力の発達が止まってしまう → 弱視

遠視について

視力が低いのは、近視だからではなく遠視だからということもあります。

“遠視は遠くがよく見える”というのは誤解です。遠視は遠くにも近くにもピントが合わないため、ピントを合わせるために強く調節しています。子どもの目は調節力が強いので、遠視が隠れてしまう場合もあるのです。

近くの見え方にも注意!

こんな例もあります

Aさんは、小学校の先生から「教科書を集中して読むことができない」と言われました。実はAさんは遠視で、手元の文字が見にくかったことがわかりました。遠視用の眼鏡をかけたら、落ち着きが出てきて本も好きになりました。

子どもの場合、視力の異常の発見には保護者の方の観察が大切です。

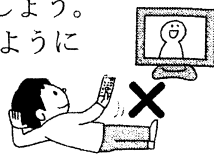
次のようなことはありませんか?

- ・目を細めたり、にらむように見たりする
- ・テレビの画面に近づく
- ・ものに目を近づける
- ・顔や首を傾げる
- ・集中力がない

本を見る時や絵を書く時などは、目から本までの距離を30cm位に保ち、背中が丸くならないようにしましょう。

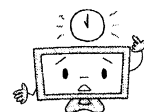


テレビを見る時は、テレビから1.5～2m離れて見ましょう。寝転がって見ないようにしましょう。



横向きに寝転がってテレビを見たり本を読んだりすると、どちらかの目を使うことになり、使う方の視力が低下してしまうことがあります。

テレビは時間を決めて見ましょう。30分見たら5～10分、目を休ませましょう。



前髪が目にかからないようにしましょう。短く切るか、ピンなどで留めましょう。