|  |
| --- |
|  |

**Консультация для родителей**

**«Что такое «ложная близорукость»**

|  |
| --- |
| Ложной миопией принято называть функциональное зрительное нарушение, при котором спазмируется мышца, отвечающая за нормальное функционирование аккомодационного аппарата. Если эта мышца по какой-то причине находится в состоянии спазма, то хрусталик не меняет кривизну, нарушается фокусировка и снижается четкость зрения. Такое состояние называют спазмом аккомодации. Именно его принято называть ложной близорукостью. Вот симптомы, которые могут указывать на аккомодационный спазм:  глаза быстро устают при работе на близком расстоянии;  неприятные симптомы: сухость, жжение, краснота, боль;  снижение зрительной остроты, двоение в глазах;  слезоточивость;  слабость, головная боль. Есть несколько факторов, которые могут спровоцировать такое состояние:  повышенная зрительная нагрузка (возникает при долгой работе за компьютером, несоблюдении гигиены чтения или выполнения уроков, длительном просмотре ТВ и т.п.);  слабое освещение;  недостаток сна, физической активности, малоподвижный образ жизни;  слабые мышцы спины, шеи, нарушение кровоснабжения;  неправильное питание, гиповитаминоз. Нередко проблему выявляют у детей, которые только пошли в школу. Ребята подолгу делают уроки, много времени проводят за партами, выполняя много зрительной работы на близком расстоянии. Важно заметить симптомы как можно раньше и обратиться к офтальмологу до того, как процесс ухудшения зрения перейдет в необратимую стадию. В отличие от истинной близорукости, ложная обратима. Необходимо вовремя начать лечение.  |