**Školáky trápí epidemie krátkozrakosti i úrazy očí**

**PRAHA, 2. SRPNA 2023 – Podle České školní inspekce se na základních školách během jednoho školního roku stane přes 40 tisíc úrazů. Nejčastěji se jedná o poranění končetin. Výjimkou ale nejsou ani zranění očí. Nejrizikovější skupinu tvoří děti nad deset let.**

Děti tvoří až třetinu všech návštěv na pohotovosti kvůli poranění očí. Obecně se četnost úrazů u dětí zvyšuje s věkem. „Nejvyšší počet případů zaznamenávají oční lékaři u dětí starších deseti let v období puberty a adolescence. Téměř polovina úrazů vzniká v době prázdnin, k ostatním dochází ve dnech školní docházky, a právě na půdě školy nejsou poranění zraku ničím výjimečným. Ve škole nejčastěji dochází k povrchovému poranění rohovky listem papíru nebo tužkou. Pro zrak rizikové jsou hodiny chemie, ale i tělesné výchovy nebo přestávky, kdy nejčastěji dochází k tupému poranění oka například během míčových her. Při takovém zranění můžeme pozorovat změněný tvar původně okrouhlé zorničky a můžeme vidět změněnou barvu duhovky kvůli krvácení. Celistvost oka ale zůstává neporušena, a mluvíme tedy o uzavřených očních poraněních. K vážným poraněním zraku školáků patří především otevřená poranění oka při neopatrné manipulaci s nůžkami, kružítkem nebo jiným ostrým předmětem. Často se také setkáváme s jizvami ve žluté skvrně, místě nejostřejšího vidění, posvícením ostrým světlem laserového ukazovátka přímo do oka,“ vyjmenovala Denisa Darsová, vedoucí lékařka dětské ambulance Gemini oční kliniky Liberec.

Pro následnou léčbu a hojení je zásadní první pomoc. Ne vždy však učitelé ví, jak při poranění zraku žáků správně postupovat. Nevhodný zásah přitom může poranění ještě zhoršit. „Existuje pár zásad, které je nutné při prvním ošetření poraněného oka dodržet. Poraněné oko neobvazujeme ani na něj netlačíme. Než se dotknete očních víček dítěte, důkladně si umyjte ruce. Nedotýkejte se samotného oka, netlačte na něj ani jej nemasírujte a snažte se co nejvíce zamezit tomu, aby se poraněného oka dítě dotýkalo. Důležité je zabránit mnutí poraněného oka. Nepokoušejte se odstranit cizí tělísko, vyjma vyplachování tekoucí vodou. Jinak hrozí, že se povrch oka, zejména rohovky, poškrábe. Každé závažnější poranění oka je nutné vyšetřit oftalmologem, aby se zjistilo, že nedošlo k hlubšímu poškození,“ řekl Pavel Stodůlka, světově uznávaný oční chirurg a přednosta sítě očních klinik Gemini.

Dětský zrak ohrožují kromě úrazů i technologie, které čím dál více pronikají také do výuky. Oční lékaři hovoří o „epidemii” krátkozrakosti. „Čas u mobilů, tabletů a počítačů ve výuce si vybírá svou daň. Dětští oftalmologové začínají hovořit o epidemii krátkozrakosti neboli myopie. Počet dětských pacientů s diagnostikovanou myopií narostl za posledních deset let o neuvěřitelných 30 procent. Zbystřit by měli zejména rodiče dětí raného školního věku, kolem šesti až osmi let. Myopie je onemocnění, které se obvykle projevuje kolem šestého roku věku. V následujícím období, zhruba do 13 až 15 let, se vidění do dálky na tabuli může bez odpovídající léčby výrazně zhoršit. Léčba spočívá v nošení brýlí, k tomu se nabízí i několik dalších možností konzervativní léčby,“ řekla Denisa Darsová.

Novinkou jsou brýlové čočky, které myopii nejen korigují, ale dokonce zpomalují. „Výběrem vhodných brýlových čoček je možné onemocnění významně zpomalit, v některých případech dokonce úplně zastavit. Brýle s těmito čočkami nejen dobře řeší ostré vidění dítěte, ale poskytují i podpůrnou rozostřující periferní zónu. Právě ta pomáhá, aby se krátkozrakost dále nerozvíjela,“ doplnila lékařka.

Pro správný vývoj dětského zraku je zásadní pobyt venku. „Ani speciální brýlové čočky nefungují na principu kouzelného proutku. K udržení dobré kondice zraku je nutné hlavně změna životního stylu dítěte – omezení pobytu u počítače nebo televizní obrazovky a trávení víc času venku. Na vzduchu je totiž jiné spektrum světla než před televizí, stropním světlem a monitorem. Děti se dívají víc do dálky než při činnostech doma, čímž posilují zrak,“ uzavřel Pavel Stodůlka.

**Co dělat při nejčastějších poraněních očí?**

**Cizí tělísko na povrchu oka** – oko zpravidla ostře bolí, slzí, je světloplaché a víčka mohou otéct. Je vhodné provést výplach postiženého oka vodou, při velké bolesti podat dětská analgetika a dítě nechat vyšetřit oftalmologem.

**Povrchové poranění spojivky nebo rohovky** – škrábnutí prstem, papírem, tužkou. Symptomy jsou podobné jako v případě cizího tělíska v oku. Lékař obvykle stanoví diagnózu barvivem, které pod modrým vyšetřovacím světlem na oku fluoreskuje žlutě, což zvýrazní škrábnutí. Léčba zahrnuje použití antibiotických očních kapek nebo masti a občas tlakovou náplast na oko. Tato zranění vyžadují důkladné sledování pod dohledem specialisty.

**Chemické poleptání** – důležité je co nejdříve oko důkladně vypláchnout vodou. Nakloňte hlavu dítěte nad umyvadlo nebo dřez postiženým okem dolů a jemně stáhněte dolní víčko. Povzbuďte dítě, aby otevřelo oči co nejvíce. Jemně vypláchněte stálým proudem vlažné vody (vodu neohřívejte) nebo očními kapkami. Vyplachujte až 20 minut z důvodu naředění chemikálie na povrchu oka. Pokud jsou chemikálií poleptány obě oči, vypláchněte je ve sprše. Protože částice mohou poškrábat rohovku a způsobit infekci, mělo by být oko následně vyšetřeno očním lékařem.

**Krvácení pod spojivkou** – po tupém tlaku předmětem se projevuje jako červená skvrnka na bělmu. Navzdory zastrašujícímu vzhledu zranění nebývá vážné a zpravidla spontánně zmizí do 7 až 14 dnů.

**Tržná poranění víček** – oční víčka mají nejtenčí kůži z celého těla. Jednoduché povrchové tržné ranky může oční lékař ošetřit v lokálním znecitlivění. Hluboké rány a poranění slzných cest může být nutné operovat v celkové anestezii.

**Zlomenina očnice** – nejčastěji spodiny očnice po prudkém úderu například při pádu. Po poranění je vhodné suché ledování místa proti otokům a vyšetření oftalmologem se zobrazením poranění očnice pomocí rentgenového nebo CT vyšetření.

**Modřina při tupém nárazu** – při modřině přerušovaně aplikujte studené obklady: 5 až 10 minut obklad, 10 až 15 minut bez obkladu. Pokud používáte led, ujistěte se, že je pokrytý ručníkem nebo utěrkou, aby byla chráněna jemná pokožka na víčku. Používejte studené obklady po dobu 24 až 48 hodin, poté střídavě používejte teplé obklady. Během hojení je normální, když modřina mění barvu. Pokud má dítě bolesti, nepodávejte aspirin nebo ibuprofen, mohou zvýšit krvácení.

**KONTAKT PRO MÉDIA:**

**Mgr. Petra Ďurčíková\_mediální konzultant**

****

**+420 733 643 825,** **petra@pearmedia.cz****,** [**pearmedia.cz**](http://www.pearmedia.cz)

**SOUKROMÁ OČNÍ KLINIKA GEMINI,** [**www.gemini.cz**](http://www.gemini.cz/)

Soukromá oční klinika Gemini rozvíjí dlouholetou tradici zlínské oční chirurgie. První klinika byla otevřena ve Zlíně v roce 2003 a v současnosti provozuje klinika v České republice deset pracovišť: ve Zlíně, v Průhonicích u Prahy, Praze-Krči, Českých Budějovicích, Ostravě, Vyškově, Brně, Novém Jičíně a Liberci. Jako jediná česká oční klinika otevřela pracoviště také ve Vídni. Vedle operací zbavujících pacienty potřeby nosit brýle a operací šedého zákalu se na klinikách provádějí i estetické zákroky, jako například plastika horních a dolních víček. V čele týmu operatérů stojí světově uznávaný oční chirurg prim. MUDr. Pavel Stodůlka, Ph.D., FEBOS-CR.

**prim. MUDr. PAVEL STODŮLKA, Ph.D., FEBOS-CR,** [**www.lasik.cz**](http://www.lasik.cz/cs/zivotopis/)

Studium medicíny na Univerzitě Palackého v Olomouci ukončil v roce 1989 s vyznamenáním a pochvalou rektora. V roce 2000 absolvoval postgraduální studium na Lékařské fakultě Univerzity Karlovy v Hradci Králové s tématem disertace metoda LASIK, kterou v ČR zavedl. Zkušenosti s oční chirurgií sbíral i po světě, hlavně v Kanadě. Působil jako přednosta očního oddělení Baťovy nemocnice ve Zlíně. V roce 2003 založil soukromou oční kliniku Gemini – největší soukromou oční kliniku v Česku. Několik očních operací, například centraci vychýlené lidské čočky, implantaci presbyopické fakické čočky nebo odstranění vetchozrakosti pomocí laseru RElexSmile, provedl jako první oční chirurg na světě a řadu očních operací zavedl jako první v Česku. Vyvíjí nové lasery pro oční chirurgii, jako např. CAPSULaser. Přednáší na prestižních mezinárodních očních kongresech, vyučuje v kurzech pro zahraniční oční lékaře a byl zvolen prezidentem AECOS – Americko-evropského kongresu oční chirurgie. V roce 2019 si Pavel Stodůlka na své konto připsal další dvě světová prvenství – jako první oční chirurg na světě provedl operaci šedého zákalu novým femtomatrixovým laserem, který jako jediný disponuje robotickým ramenem a zároveň je nejrychlejším na světě. Druhým prvenstvím byla operace, takzvaná rotace lentikuly, která sníží astigmatismus oka pacienta (nesprávné zakřivení rohovky). Pravidelně se umisťuje v žebříčku nejoblíbenějších lékařů v Rakousku, v roce 2021 byl zvolen již potřetí. Jako první oční chirurg provedl laserovou operaci očí metodou CLEAR v Česku a Rakousku. Od roku 2022 je nositelem medaile Za zásluhy 1. stupně. Koncem roku 2022 převzal cenu profesora Emilia Campose za inovaci v oftalmologii.