**Консультация**

**«КАК ИЗБЕЖАТЬ ТРАВМ ГЛАЗ У ДЕТЕЙ»**

Здоровье для каждого человека является бесценным богатством, а для детей тем более. Ведь они только что начали жить, и наслаждаться этой жизнью должны в полной мере.

Зрение является тем порталом, который дает возможность человеку из мира внутреннего выходить в мир окружающий, чтобы видеть его красоту через все цвета радуги!

Необходимо уделять особое внимание сохранению здоровья человека. Особенно это касается в отношении детского зрения!

К сожалению, глаза являются очень чувствительными органами, а потому способны получить увечье даже от незначительного воздействия.

**Виды глазных травм**

Их можно отнести к трем группам:

- Раздражения. Они могут быть вызваны разными причинами – слишком частым растиранием из-за того, что чешутся, а также механическим воздействием мельчайшей пыли, попавшей на роговицу. Внешним проявлением раздражения является покраснение.

- Микротравмы. Ранки на внешней части роговицы могут оставить небольшие частички мусора, такие, как пыль и опилки. В результате действия микротравм перед глазами могут появиться «соринки», мешающие нормальному зрению. Если роговица травмировалась довольно сильно, то эти визуальные помехи будут сопровождать человека всю его жизнь.

- Большие травмы. Они могут быть нанесены довольно крупными, по отношению к размеру глаза, предметами, такими, как шариковые ручки, карандаши, щепки, линейки, некоторые игрушки. Это самые опасные случаи, способные нанести здоровью непоправимый урон.

В любом случае даже небольшая травма глаз не должна остаться без внимания взрослых, чтобы не было осложнений, способных привести к ухудшению или даже к полной потере зрения.

**Профилактика глазного травматизма**

Это самый сложный вопрос, и особенно важен он в отношении детей. И если в самом маленьком возрасте дети почти всегда находятся под присмотром, то с каждым годом взросления уровень этой опеки снижается. Это оставляет ребенка один на один с окружающим миром, в котором так много опасностей, поджидающих человека каждую минуту!

Но руки опускать не стоит, потому что действие все равно лучше, чем полное бездействие! Вероятность того, что ребенок сможет избежать получения ранений глаз, возрастает, если будет проводиться работа в этом направлении.

Меры профилактики:

- Присмотр за маленькими детьми во время игр

- Правильный выбор игрушек соответственно возрасту

- Недопущение контакта с острыми режущими и колющими предметами

- Систематическая, но не навязчивая разъяснительная работа по предотвращению бытового травматизма

- Своевременное посещение врача-офтальмолога

- Приучение к использованию защитных очков при особых условиях, например, при работе в школьной мастерской или во время уборки во дворе.

Учителя, воспитатели, и в первую очередь сами родители, должны ясно представлять, как избежать травм глаз ребенка, чтобы вырастить его здоровым и счастливым!

Не стоит забывать о том, то маленький человечек плохо понимает, что делает, и часто может неосознанно получить ранение. Хуже всего, когда ранятся глаза, так как их лечение не всегда сопровождается стопроцентным выздоровлением. Об этом должны помнить взрослые, которые в ответе за тех, кого любят и воспитывают.

Но самое главное нужно учить детей быть самостоятельными, соблюдать правила поведения и технику безопасности. Сначала человеку это надо для применения в игровых ситуациях, а впоследствии при выполнении любых работ.

**Первая помощь**

Тот, кто оказался рядом, должен суметь помочь ребенку снизить отрицательное воздействие при ранении.

Если попала пыль в глаза, то нужно промыть их водой, желательной теплой. Но если в глазах соринка более крупного размера, и она не выходит промыванием, то надо обращаться за помощью к профессионалам.

В спокойной обстановке это может быть посещение офтальмолога, но в критических случаях нужно вызывать скорую помощь.

Стоит признать, что не каждый человек знает, что делать после травмы глаза, поэтому рекомендуется посещение офтальмолога. Только врач способен не только оценить степень проблемы, но и приступить к мгновенному ее решению, то есть лечению!

*Подготовила Житенева М.М. используя интернет ресурсы*