

Mit barns øjne

– fra baby til skolealder



Øjenforeningen



VÆRN OM SYNET

Indhold

- 3** Mit barns øjne
- 5** Husk børneundersøgelser hos din egen læge
- 6** Hvordan udvikler barnet sit syn?
- 8** Har mit barn et godt syn?
- 12** Skeler mit barn?
- 18** Mit barns øje er...

Tekst og idé:
Jørgen Bruun-Jensen

Illustrationer:
Kaj Otto Grafisk Design ApS

Layout:
Appetizer · www.appetizer.dk

Tryk:
Bording A/S



Øjenforeningens mission:
Hjælpe øjenpatienter til at forbedre eller bevare synet, så blindhed* undgås

* Synsstyrke mindre end 6/60 = betingelse for medlemskab af Dansk Blindesamfund, som arbejder for at forbedre blindes vilkår

Bliv medlem af
Øjenforeningen og
støt vort mål:

Forebyggelse af øjensygdomme ved forskning, information og rettidig behandling

Se vores
hjemmeside:

www.vos.dk

Her findes oplysning om bl.a. kontingent, medlemsfordele og informationsbrochurer om øjensygdomme og synsfunktion



Øjenlæge
Jørgen Bruun-Jensen

Mit barns øjne

– fra baby til skolealder

Allerede de første dage efter fødslen kigger den lille baby sig omkring. Men barnet ser alle ting meget utydeligt og helt uden farver.

Det lille barn skal lære at se. Mange millioner af synsoplevelser skal der til, for at øjne, hjerne, hænder og krop kan lære at arbejde sammen. Først omkring 6 års alderen er synet rigtigt udviklet, og barnet er parat til at komme i skole.

Når synet udvikles – så tæller hver eneste dag. Barnets hjerne skal lære, at få alle synsindtryk fra højre øje og fra venstre øje til at arbejde sammen og blive til en super 3-dimensional synsoplevelse. Men det er en meget følsom proces, der foregår, og udviklingen af synet kan let gå i stå. For at det skal lykkes, skal begge øjne fungere godt, og øjnene skal bevæges sammen i et nøjagtigt mønster.

I alderen fra 0-6 år kan barnet udvikle et godt syn på begge øjne. Men begynder barnet at skele, får brug for briller eller har en øjensygdom, så kan den normale udvikling af synet gå i stå. Hver eneste dag tæller, og det haster med at få startet den rigtige behandling. For jo ældre barnet bliver - jo mere vanskeligt bliver det, at få et godt syn igen.

Vi har brug for et godt syn - både i børnehave, skole, uddannelse, job og alt det vi gerne vil opleve og foretage os hele livet. Det moderne samfund stiller store krav til vores syn.

Dette hæfte fortæller lidt om, hvordan barnets syn udvikles, og hvordan forældre selv kan være med til at opdage, hvis der er noget galt.

Øjenlæge Jørgen Bruun-Jensen

Husk børneundersøgelser hos din egen læge

– som følger dit barns udvikling af synet



- 5 uger
- 5 måneder
- 12 måneder
- 2 år
- 3 år
- 4 år
- 5 år

Ved alle børneundersøgelserne følger lægen om dit barn udvikler et godt syn på begge øjne. Men der kan ske utroligt meget med synet i løbet af få uger eller måneder. Derfor er det af meget stor betydning, at forældre selv kan være med til at opdage skelen og at prøve barnets syn så tidligt som muligt.

Hvordan udvikler barnet sit syn?



2 måneder: Dit barn skal nu være helt sikker i sin øjenkontakt og kunne fastholde synet i længere tid mod dit ansigt og følge dig, når du bevæger hovedet.



4 måneder: Barnet har længe været interesseret i sine hænder. Kan nu kigge på dem, samle dem og putte dem i munden. Kan begynde at gribe lidt usikkert efter genstande, som du rækker frem.

6 måneder: Øjenbevægelserne er nu godt udviklet, og øjnene følger fint, når du bevæger legetøj foran

Den lille baby har brug for mange forskellige synsoplevelser. For inde i det lille barns øjne er alle de celler, som skal om-danne lys til nerveimpulser, slet ikke blevet rigtigt færdige. Når barnet får mange synsoplevelser hver eneste dag, så udvikles disse celler, og samtidig kommer der orden i alle nerveforbindelser i hjernen. I løbet af de første uger kommer synsudviklingen godt i gang, og de fleste børn kan - i kort tid - kigge mod fars og mors ansigter, når de smiler og taler.

Din sundhedsplejerske kan du altid spørge om gode råd - for der er nogle tidspunkter, hvor dit barn skal kunne reagere således:

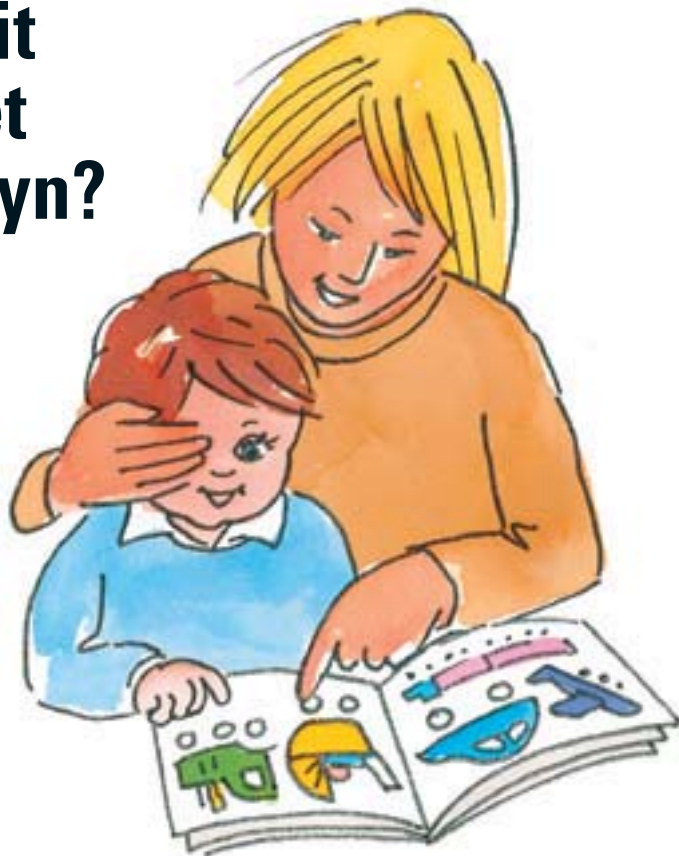
barnet. Kan flytte ting fra den ene hånd til den anden. Begynder at kende sin mors, fars og søskendes ansigter.

12 måneder: Har nu udviklet god synsstyrke på begge øjne - billeder og tegninger er meget sjove.

2 år: Øjne, hænder og krop arbejder godt sammen - kan finde ting, der har samme farve og form - pege på de billeder i bogen, som du foreslår.

3-4-5-6 år: I løbet af disse år bliver alle synsfunktioner mere og mere sikre. Opdager du, at udviklingen af synet ikke er god - så er der stadig mulighed for at genoptræne synet. Men jo ældre barnet bliver, jo vanskeligere er det at få et godt resultat. Når dit barn er 6 år, så er synet næsten færdigudviklet.

Har mit barn et godt syn?



Forældre kan selv være med til at opdage, om barnet udvikler et godt syn på begge øjne.

Det er svært at lave en rigtig synsprøve, før barnet er omkring 3 år gammel. Men læg mærke til, hvordan barnet bevæger sig, holder sit hoved, leger, griber og finder små ting og kigger på billeder. Det kan give et indtryk af, om barnet ser godt. Tal med sundhedsplejersken og lægen, hvis du mener, der er noget galt.

Det store problem er, at små børn kan klare sig fint, selvom barnet kun ser godt med det ene øje og meget dårligt med det andet øje. Barnet kan ikke mærke eller fortælle, at der er noget galt.

Derfor gælder det om at undersøge højre og venstre øje hver for sig. Det er vigtigt, at man holder med sin håndflade for barnets øje – så barnet ikke kan kigge mellem fingrene. Først undersøges det ene øje og bagefter det andet øje.

Hvis barnet ikke ser godt med det ene øje, så vil det gerne forsøge, at skubbe din hånd væk fra det gode øje eller dreje sit hoved.

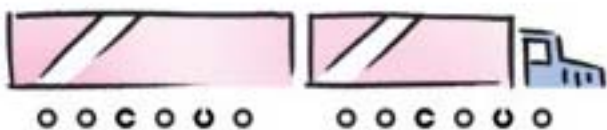
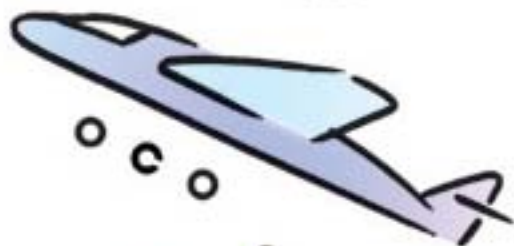
Den følgende lille synsprøve kan man lege med sit barn. De fleste børn kan være med, når de er omkring 3 år gamle. Hold hæftet i normal læseafstand fra barnet (omkring 35 cm).

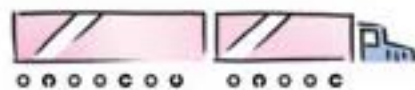
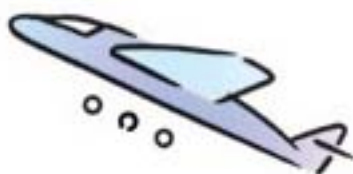
Barnet skal pege på det hjul, hvor der er hul i kanten. Begynd med de store tegninger. Jo mindre hjul barnet kan pege rigtigt på, jo bedre er synsstyrken. Men det vigtigste er at opdage, om barnet ser lige godt med højre og venstre øje.

Prøv at lave en sjov lille historie sammen med tegningerne. Lykkes det ikke at få barnet til at være med den ene dag, så prøv en af de følgende dage, når barnet er i godt humør.

Måske kan historien begynde sådan:

Har du set alle de her lastbiler, busser og flyvere. Der er noget galt med hjulet på dem alle sammen. Mekaniker Jensen holder for det ene øje ligesom dig. Kan du pege på hjulet, der er i stykker?





Skeler mit barn?

Barnet skeler, hvis det ene øje ser på dit ansigt, mens barnets andet øje ser i en anden retning.

Det kan være svært at blive sikker på, om barnet skeler. Nogle små børn har en meget lav næseryg og lidt folder af hud ved siden af næseryggen. Når barnet ser lidt til siden, så ser det mest ud, som om barnet skeler. Men det er altså øjenomgivelserne, der snyder lidt.

De første måneder efter fødslen er øjnenes bevægelser ikke rigtigt udviklet endnu. Men øjenbevægelser bliver mere og mere sikre og efterhånden arbejder begge øjne fint sammen. Efter 8 måneders alderen er det ikke normalt, at barnet skeler.

Rigtig skelen kan være til stede allerede de første uger efter fødslen. Men hos de fleste børn begynder skelen langsomt. Ofte er det kun det ene øje, der begynder at skele, men det kan også være skiftevis højre og venstre øje. I begyndelsen er det måske kun, når barnet er træt, kommer ud i solen, ser i en bestemt retning eller ser på ting tæt på ansigtet. Senere bliver skelen mere tydelig.

Det er vigtigt, at opdage og behandle skelen så tidligt som muligt – for skelen ødelægger barnets normale udvikling af synet.



Forældre kan selv være med til at opdage, om barnet skeler.
Det er let at foretage 3 vigtige prøver:

Legetøjs-prøven

- 1** Brug en lille dukke, en bil eller et andet stykke legetøj, som barnet holder af
- 2** Støt barnets hoved med din ene hånd, så barnet ikke drejer hovedet
- 3** Bevæg legetøjet langsomt fra side til side – så op og ned
- 4** Følger begge øjne legetøjet i en jævn bevægelse?
- 5** Eller drejer det ene øje i en forkert retning – så barnet skeler?
- 6** Bevæg langsomt legetøjet mod barnets ansigt
- 7** Drejer det ene øje langt ind mod næsen – så barnet skeler?





Foto-prøven

- 1** Prøv at tage et foto med blitz af barnets ansigt – når barnet har store pupiller
- 2** Det er bedst lige foran barnet i omkring 1 meters afstand
- 3** Prøv at få barnet til at kigge lige mod fotografiapparatet
- 4** På dette foto har barnet store røde pupiller
- 5** Hvis der er uklarerhed i øjets hornhinde, linse eller bagtil i øjet, så kan det ofte ses som sorte pletter i den røde pupil
- 6** På foto kan man ofte også se, om barnet skeler
- 7** Tag foto med til læge og øjenlæge

Lygte-prøven

- Brug en pencillygte, som giver en lille lysplet
- Lys med lygten i ½ meters afstand fra barnets ansigt
- Prøv at få barnet til at kigge på lygten
- Du kan nu se et lille spejlbillede af lyset på begge øjne
- Normalt er lyspletten placeret på det samme sted på begge øjne
- Hvis øjet skeler, så er lyspletten placeret forskelligt på højre og venstre øje

Lygte-prøven fortsætter lidt endnu

- Prøv at få barnet til at kigge på lygten igen
- Hold så din hånd for barnets ene øje
- Bevæges det andet øje for at kigge på lygten?
- Prøv nu at holde for barnets andet øje og læg mærke til, om det modsatte øje bevæger sig for at kigge på lygten
- Prøv skiftevis at holde for højre og venstre øje nogle gange
- Hvis det modsatte øje bevæger sig, så har barnet en skelen

Hvis du er i tvivl, om dit barn skeler – så lad være med at vente – lad din læge undersøge barnet.

Barnet skeler indad

- Lyspletten er placeret forkert på venstre øje
- Når man holder for højre øje, så bevæges venstre øje



Barnet skeler udad

- Lyspletten er placeret forkert på venstre øje
- Når man holder for højre øje, så bevæges venstre øje



Mit barns øje

Rødt:

Når øjet bliver rødt skyldes det ofte øjenbetændelse, et fremmedlegeme eller et sår på øjet.

Slim og pus:

Når øjet er rødt, og der er slim og pus i øjet, så er det symptomer på øjenbetændelse. Tal med din læge om, hvad der skal gøres.

Løber i vand:

Et rødt øje med kun lidt pus, men som løber meget i vand kan være øjenbetændelse med virus. Ofte er der andre børn og voksne som har samme symptomer – det kan smitte både fra øje til øje og til andre personer. Din læge må kontaktes.

Klør:

Når barnet har øjenbetændelse eller et fremmedlegeme i øjet, så gnider barnet sine øjne, fordi det klør. Men børn kan også få øjenallergi, og så er det helt typisk, at øjnene klør.

Smerte:

Græder barnet hele tiden og holder hånden mod øjet – kan ikke trøstes – så er der noget galt, og det haster med at komme til læge eller skadestue.

Stoppet tårekanal:

Børn under 1 år kan have symptomer på stoppet tårekanal. Det er næsten altid kun det ene øje, som hele tiden løber i vand, og ofte er der lidt pus i øjet. Hvis man med en finger forsigtigt trykker ved siden af næsen og lader fingeren glide op mod øjenkrogen, så kommer der slim ud i øjet. Hos næsten alle børn forsvinder disse symptomer, inden barnet er 1 år – ellers må øjenlægen kontaktes.

At forebygge:

Pas på, at barnet ikke leger med skarpe, spidse eller andre farlige genstande. Barnet skal lære, at man ikke må gå eller løbe med blyanter eller andre spidse ting i hånden – det er så let at snuble og ramme øjet. Kemi, værktøj, varme væsker og ting, der kastes gennem luften, er altid farligt for barnets øjne.

Øjenforeningen



VÆRN OM SYNET

Ny Kongensgade 20 · 1557 København V
Telefon 33 69 11 00 · Fax 33 69 11 01 · E-mail: vos@vos.dk
www.vos.dk