

IMPORTÂNCIA DA VISÃO

A visão é um importante meio de integração do indivíduo com o meio ambiente, uma vez que 80% das informações que as pessoas recebem são obtidas por seu intermédio.

GESTANTES

Toda gestante diabética ou com pressão alta deve ir ao oftalmologista durante a gravidez. Esta medida previne problemas graves na saúde ocular, tanto da mãe como do recém-nascido.

O exame pré-natal é importante para identificar problemas que podem ser passados dos pais para os filhos, inclusive doenças nos olhos.

A gestante deve ser orientada quando às doenças infecciosas, como rubéola, sífilis, gonorréia e outras, que podem trazer problemas graves na visão dos recém-nascidos.

RECÉM-NASCIDOS E LACTANTES

Deve-se observar o tamanho e brilho dos olhos, pois crianças até 1 ano de idade com olhos muito grandes, horror à claridade ou com a "menina dos olhos" branca devem ser levadas rapidamente ao médico oftalmologista.

CRIANÇAS E ADOLESCENTES

Alguns sinais e/ou sintomas indicam problemas de visão que devem ser observados pelos pais, professores e agentes de saúde: vermelhidão dos olhos, lacrimejamento, dificuldade para ler o que está escrito na lousa, dor de cabeça após leitura ou televisão, purgação, crostas e outros.

Crianças com olho torto "vesgas" devem ser levadas ao médico oftalmologista o mais cedo possível.

Todas crianças devem medir a visão pelo menos uma vez por ano. Esta medida pode ser feita a partir dos 3 ou 4 anos de idade.

ADULTOS E IDOSOS

Toda pessoas deve passar em consulta com médico oftalmologista pelo menos uma vez por ano, e as com amis de 35 anos devem medir a pressão dos olhos para detecção do glaucoma. Diabéticos e Hipertensos devem realizar controles de fundo de olho.

Pessoas idosas podem apresentar visão baixa devido à presença de catarata, devem consultar o médico oftalmologista para tratamento adequado.



PROTEJA SEUS OLHOS



Cuidado com objetos pontiagudos para não ferir os olhos como: lápis, tesoura, faca, plantas pontiagudas ou com espinhos.



Evite luz muito intensa ou muito fraca quando estiver estudando ou trabalhando.



Cuidado com picadas ou arranhões de animais.



Evite olhar diretamente para o sol.



Use óculos de proteção em ambientes com excesso de pó, vapores, ácidos ou onde se manipula solda.



Não esfregue os olhos com as mãos, pois elas tem microorganismos que podem infectá-los.



Não brinque com fogos de artifícios, produtos químicos e inflamáveis.



Use lenços e toalhas individuais quando os olhos estiverem inflamados, vermelhos ou purgando.



Use óculos, colírios e pomadas somente sob prescrição médica.



Cuidado com respingos de líquido leitoso das plantas e produtos químicos, lave imediatamente os olhos.



Procure ajuda médica em acidentes com fagulha de metal, objeto estranho, líquido de planta ou produto químico no olho.



Consulte o oftalmologista sempre que sentir dificuldade de visão.