

TÉMA MĚSÍCE: Nárůst krátkozrakosti u dětí

Za posledních deset let narostl počet dětí s krátkozrakostí neboli myopií o 15 798. To představuje nárůst o 30 procent. Tento trend není jen lokální záležitostí, ale jedná se o celosvětový problém. Údaje pochází z Ústavu zdravotnických informací a statistiky. Co je příčinou nárůstu krátkozrakosti vysvětluje MUDr. Andrea Janeková, FEBO, FEBOS-CR.

Co je to krátkozrakost a jak ovlivňuje zrak dětí?

Krátkozrakost, neboli myopie, je refrakční vada oka, při které je obraz předmětu zaostřen před sítnicí. To způsobuje, že osoby s krátkozrakostí vidí blízké objekty jasně, ale vzdálené objekty jsou rozmazané. Krátkozrakost je obvykle způsobena tím, že oko je příliš dlouhé. Tento stav se může zhoršovat s věkem, zejména právě v dětství a dospívání.

Co přispívá k tomu, že krátkozrakost u dětí vzrůstá?

Jedním z hlavních faktorů je stále častější a dlouhodobé sledování obrazovek, jako jsou tablety, mobilní telefony a počítače. Studie potvrzují, že dlouhodobá činnost koukání na blízko má negativní dopad na vývoj zraku. Oči dětí, které tráví hodně času zaměřením na blízké objekty, dostávají signály k růstu, což vede k prodlužování očního bulbu a tím k nárůstu myopie. Dalším faktorem je dědičnost – pokud jsou oba rodiče krátkozrací, dítě má vyšší pravděpodobnost, že tuto vadu zdědí.

Existuje nějaká prevence, jak tomuto trendu předejít?

Ano, prevence je klíčová. K zamezení nárůstu dioptrií hraje velkou roli životní styl dětí. Důležité je, aby děti trávily čas venku, na denním světle, což má pozitivní vliv na vývoj jejich zraku. Také je dobré stimulovat oči zaostřováním na různé vzdálenosti, což podporuje zdravý vývoj. Pravidelné prohlídky u pediatra, a ideálně u očního lékaře, mohou také včas odhalit případné problémy.

Kdy tedy jít s dítětem poprvé k očnímu lékaři?

U malých dětí se doporučuje první návštěva očního lékaře kolem tří let věku. Tento věk je ideální pro odhalení di-



Odborný poradce:

MUDr. Andrea JANEKOVÁ, FEBO, FEBOS-CR

Vedoucí lékařka centra kataraktové a refrakční chirurgie / Zástupce primáře

Ročně provede přes 2000 nitroočních operací. Specializuje se na chirurgii šedého zákalu, refrakční chirurgii a chirurgii sítnice a sklivce. Věnuje se rovněž minimálně invazivní chirurgii glaukomu (tzv. MIGS).

optrických vad, které by jako neléčené mohly vést k rozvoji tupozrakosti neboli amblyopie. Zároveň se i jedná o věk, kdy už děti lépe spolupracují. Pokud se však v rodině vyskytnou oční vady a existuje tedy dědičná zátěž, tak by rodiče měli být ostražití a sledovat, zda dítě například nešilhá nebo nemá jiné problémy se zrakem a očního lékaře případně navštívit dříve.

Jak se krátkozrakost u dětí řeší?

Primárním řešením krátkozrakosti u dětí jsou brýle. U starších dětí a sportovců mohou být vhodnou volbou kontaktní čočky, které vyžadují určitou míru zrakovosti a odpovědnosti při jejich používání.

Lze zpomalit progresi myopie?

Existují speciální brýlové čočky, které řeší dioptrickou korekci, ale zároveň by měly zpomalovat progresi myopie. Tyto čočky ve středu skla umožňují ostré vidění a do periferie mají speciální uspořádání ve tvaru včelího úlu, které vytváří rozostření obrazu na sítnici a zabraňuje dalšímu růstu oka. Dítě už to nevnímá jako neostrý obraz, ale pro oko je to signál, že paprsek je za sítnicí a že by nemělo dále růst.

Skutečně to funguje?

Vzhledem k tomu, že se v podstatě jedná o novinku, existují zatím jen krátkodobé studie. Nicméně i toto krátkodobější sledování ukazuje, že díky speciálním sk-

lům myopie zpomalí. Tyto brýlové čočky je možné zakoupit i v českých optikách, ale vždy je potřeba, aby je dítěti předepsal oční lékař. Terapie může být ale i kombinovaná, kdy se kombinují brýle a atropinové kapky, které se dítěti kapou do očí jednou denně po dobu růstu oka dle doporučení očního lékaře.

Může krátkozrakost způsobit závažnější problémy?

Nebezpečí myopie spočívá hlavně v možném rozvoji očních onemocnění, která mají vyšší výskyt právě u vysoce krátkozrakých lidí a mohou vést k trvalým změnám a výraznému zhoršení vidění. Vyskytují se více ve vyšším věku a jedná se např. o trhliny sítnice a její odchlípení, poškození makulární oblasti, nebo vyšší výskyt zeleného zákalu u myopických pacientů.

Jak jsme na tom v nárůstu krátkozrakosti u dětí v porovnání s jinými zeměmi?

V České republice i v mnoha dalších zemích pozorujeme alarmující nárůst krátkozrakosti u dětí. V některých zemích jihovýchodní Asie ale nosí brýle na dálku až 90 procent populace, což je skutečně dramatický nárůst. V Evropě a Spojených státech je trend také značný, i když ne tak extrémní. Nicméně i zde se za poslední desetiletí počet případů více než zdvojnásobil, což ukazuje, že problém roste i v našich podmínkách.