

Здоровье ребенка

СПРАВОЧНИК
ДЛЯ МАМ И ПАП

ЭКСПЕРТЫ НИИ ПИТАНИЯ РАМН РЕКОМЕНДУЮТ!

В этой книге – подробный рассказ об особенностях питания женщин в период беременности и кормления грудью, а также о питании детей первых трех лет жизни. Здесь вы найдете индивидуальные практические советы по питанию для вас и вашего ребенка.



В издании представлена полная, основанная на лабораторных тестированиях информация о современных продуктах детского питания, которые помогают молодой маме с первых дней жизни ребенка обеспечить ему полноценный рацион и существенно облегчают труд женщины по вскармливанию малыша.

РЕКОМЕНДОВАНО ВЕДУЩИМИ ЭКСПЕРТАМИ ПО ПИТАНИЮ В РОССИИ.

ИГОРЬ АЗНАУРЯН

Детский офтальмолог
и офтальмохирург,
д.м.н., эксперт программы
«О самом главном»

ПРО ГЛАЗКИ

Как помочь
ребенку видеть мир
без очков



МОСКВА
2018

УДК 616.7-053.2
ББК 57.33
А35

Художественное оформление С. Хозина

Иллюстрации на переплете
и в оформлении книги Е. Хозиной

Редактор А. Василевская

В оформлении книги использованы иллюстрации
Г. Мурадяна, а также из личного архива автора

Азнаурян, Игорь Эрикович.

А35 Про глазки. Как помочь ребенку видеть мир без очков / Игорь Азнаурян. — Москва : Издательство «Э», 2018. — 256 с.

ISBN 978-5-04-091439-5

Книга доктора Игоря Азнауряна для родителей, которые не хотят довольствоваться устаревшими методами в лечении своего ребенка. Подробные рекомендации по лечению близорукости и дальнозоркости, косоглазия и амблиопии, нистагма и астигматизма изложены в доступной форме. Книга станет верным навигатором для родителей на пути реабилитации ребенка, ответит на самые важные и насущные вопросы про здоровье детских глаз.

Какие инновационные технологии будут максимально эффективны и ускорят выздоровление?

Почему детские глазные болезни, совсем недавно считавшиеся неизлечимыми, сегодня успешно поддаются терапии?

Как правильно выбрать врача и глазную клинику?


УДК 616.7-053.2
ББК 57.33

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ СЕРГЕЯ АГАПКИНА	11
ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ АВТОРА	13
ПОЧЕМУ НУЖНО ВЫБИРАТЬ ИМЕННО СПЕЦИАЛИЗИРОВАННУЮ ДЕТСКУЮ ГЛАЗНУЮ КЛИНИКУ ...	19
ГЛАЗА — КАК ЭТО РАБОТАЕТ? — АНАТОМИЯ И ФИЗИОЛОГИЯ ОРГАНОВ ЗРЕНИЯ	22
Как устроен глаз	22
Как мы видим мир	28
Как глаз воспринимает цвет	32
Как видит мир ребенок	33
Почему дети могут не жаловаться на ухудшение зрения и как вовремя заподозрить тревожные симптомы ...	37
Гаджеты, черника, очки в сеточку и другие распространенные мифы о вреде и пользе для зрения	38
Все о наследственной предрасположенности к глазным заболеваниям	44



БЛИЗОРУКОСТЬ	47
Виды близорукости	49
В чем причины близорукости?	51
Опасные осложнения близорукости	53
Диагностика близорукости	55
Лечение близорукости	58
Коррекция остроты зрения	62
Контактные линзы при близорукости	64
Медикаментозное лечение близорукости	67
Что такое склеропластика и почему она не помогает	68
Комплексный подход	69
Профилактика близорукости у ребенка	71
ДАЛЬНОЗОРКОСТЬ	74
Виды дальнозоркости	77
Причины дальнозоркости	79
Диагностика дальнозоркости	81
Лечение дальнозоркости	83
АМБЛИОПИЯ	91
Виды амблиопии	94
Причины амблиопии	97
Симптомы амблиопии	99
Диагностика амблиопии	100
Лечение амблиопии	102
Профилактика амблиопии	109



КОСОГЛАЗИЕ	110
Виды косоглазия	113
Причины косоглазия	118
Опасные осложнения косоглазия	119
Диагностика косоглазия	121
Когда нужно начинать лечение косоглазия?	123
Консервативное лечение косоглазия	125
Хирургическое лечение косоглазия	129
Как подготовиться к операции?	134
Методики хирургического лечения косоглазия	134
НИСТАГМ	140
Виды нистагма	143
Осложнения нистагма	146
Причины нистагма	146
Диагностика нистагма	147
Лечение нистагма	150
Хирургическое лечение нистагма	151
Терапевтическое лечение нистагма	154
АСТИГМАТИЗМ	156
Виды астигматизма	158
Причины астигматизма	160
Осложнения астигматизма	161
Диагностика астигматизма	162
Лечение астигматизма	163



Специальные контактные линзы при астигматизме	163
Почему понятия «некорректируемый астигматизм» больше не существует?	165
КАТАРАКТА	168
Виды катаракты	169
Причины катаракты у детей	170
Опасные осложнения катаракты	171
Диагностика катаракты	172
Лечение катаракты	173
ДАКРИОЦИСТИТ	176
Диагностика дакриоцистита	179
Лечение дакриоцистита	180
ПТОЗ ВЕКА	185
Виды птоза века	186
Причины птоза века	187
Осложнения при опущении верхнего века	187
Диагностика птоза века	188
Лечение птоза века	188
ЛАЗЕРНАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ	190
В чем суть лазерной хирургии?	191
Почему лазер?	193
Методики лазерной коррекции зрения	196
Фоторефракционная кератэктомия (ФРК)	198

Лазерный автоматизированный кератомилез (ЛАСИК)	200
SMILE	201
Подготовка к лазерной коррекции зрения	203
Когда делать лазерную коррекцию зрения	204
Противопоказания для лазерной коррекции зрения ...	208
Обследование перед операцией	210
Осложнения после лазерной коррекции зрения	212
Период реабилитации после операции	218
На что обратить внимание при выборе клиники	220
ОЧКОВАЯ КОРРЕКЦИЯ ЗРЕНИЯ	224
Очки не лечат?	224
Проверка прежних очков и рецепта на очки	228
Если зрение ухудшилось незначительно, можно ли не носить очки?	229
Особенности подбора оправ и материалов для детских очков	231
Очки vs линзы: что выбрать?	233
КОНТАКТНЫЕ ЛИНЗЫ	236
Как и из чего сделаны современные линзы	239
Начало подбора линз. Определение целей и длительности ношения	240
Цели и режимы ношения линз	242
Обследования перед началом (продолжением) ношения линз	243
Диагностические линзы	245



Возможные осложнения при ношении контактных линз	246
Основы правильного ухода за контактными линзами ..	247
Примерный порядок надевания и снятия линзы	248
Использование корректирующих «ночных» линз	250
Цветные линзы	251
ПОСЛЕСЛОВИЕ	253

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ СЕРГЕЯ АГАПКИНА

Я знаю Игоря Эриковича Азнауряна уже многие годы. И все это время он не перестает удивлять меня глубиной своего понимания устройства зрительной системы. На протяжении долгих лет нашего общения я пытался его убедить написать об этом книгу. Конечно, в его напряженном графике человека, который помимо научной и преподавательской деятельности продолжает ежедневно принимать пациентов, выполнять сложнейшие операции, найти на это время было крайне сложно. Тем не менее моя настойчивость была не напрасной — я уже держу в руках макет книги доктора Азнауряна. В нее вошли не только те темы, которые мы обсуждали в рамках программы «О самом главном», все те заболевания, которые мы рассматривали, а значительно больше. Получилась настоящая энциклопедия знаний по профилактике, диагностике и лечению детских глазных заболеваний.

Самое важное, что я хочу выделить в этой книге, — ее достоверность. К сожалению, я часто сталкиваюсь с тем, что многие журналы, книги и интернет-статьи для массового читателя, посвященные вопросам здоровья, написаны даже не врачами! А людьми, далекими от медицины, которые ни за что не отвечают. Получается, что никто не понесет ответственности за то, что вы прочли



статью с непроверенной информацией, применили дающиеся в ней советы на практике и получили неприятные последствия. Но в случае вопросов о здоровье детских глаз — на кону зрение маленького человека! И это не поле для экспериментов из сомнительных статей.

Книга Игоря Эриковича — это один из немногих случаев, когда можно быть уверенным, что ее написал профессионал. Все рекомендации в ней даны человеком, который посвятил детской офтальмологии свою жизнь и постоянно приумножает свои знания в этой сфере. На счету автора этой книги тысячи, десятки тысяч исцеленных детей. Игорь Эрикович не просто восстанавливает нормальное зрение. Многим своим маленьким пациентам он подарил возможность видеть даже в, казалось бы, безнадежных случаях.

Я очень горжусь тем, что мне доверили написать предисловие к данной книге, потому что считаю ее большим подарком тем читателям, которые интересуются вопросами здоровья и, в частности, для кого актуален вопрос не только лечения, но и профилактики детских глазных болезней — то есть каждому родителю. Уверен, что книга Игоря Эриковича развеет многие мифы, облегчит понимание работы зрительной системы и поможет вашему ребенку видеть мир зоркими глазами.

*Доктор Агапкин Сергей Николаевич,
ведущий программы «О самом главном»*

ПРЕДИСЛОВИЕ ОТ АВТОРА

Дорогие родители!

Уже более тридцати лет я занимаюсь проблемами заболеваний глаз у детей, являясь практикующим рефракционным хирургом-офтальмологом. Вся моя жизнь посвящена лечению детских глазных болезней, плодотворной работе в этой сфере. Меня интересует все новое, чего достигает наука, медицина, промышленность именно в приложении к теме коррекции глазных патологий у детей.

В чем важное отличие детского глазного врача от офтальмолога общей практики? Он работает не просто с детьми, но и с родителями, которым нужны доверительные отношения с лечащим врачом, ведь здоровье малыша дороже всего на свете! Я понимаю, как родителям важно быть уверенными, что малыш выдержит сложную диагностику, что его отвлекут и успокоят, поставят правильный диагноз, проведут операцию с минимальным вмешательством в ткани, в медикаментозном сне, и завершат успешное лечение уверенной реабилитацией. Так, чтобы все было похоже для ребенка на легкую процедуру, хотя на самом деле это тонкий, сложный процесс. Вот в этом я вижу задачу детского глазного хирурга, которую никто иной не выполнит.

Моя обширная практика сейчас уже позволяет судить о том, как много мы теряем в финальном результате не по причине неподготовленности, неумения или не-



желания решить проблему, а из-за того, что пришедший к нам ребенок имеет уже сформированный диагноз, развившуюся патологию, которую родители не углядели. Просто потому что не знали, на что именно нужно обращать внимание. Затянули с лечением, опоздали.

Как-то странно в контексте лечения детей звучит «поздний запрос», верно? Что значит затянули с лечением, скажете вы, это же малыш, ему вообще, может быть, только полтора годика, он еще не научился толком ходить, дайте время, и с возрастом все наладится. С этим заблуждением у родителей (которые при этом очень любят своего ребенка, заботятся о нем) я встречаюсь очень часто. Увы, чем дольше затягивать решение о лечении глаз, тем больше вероятность, что зрительная система завершит свое формирование вместе с прогрессирующим заболеванием. Анализируя вопросы, поступающие от родителей в рамках телепередач и личных консультаций, я вижу, что невероятно малый процент взрослых вообще знает сроки, в которые «еще не поздно». Не говоря уже о том, как именно развивается зрительная система у ребенка, как можно лечить то или иное детское глазное заболевание.

Вины родителей в этом нет. Я в этом уверен, ведь иначе вы не взяли бы в руки эту книгу. Проблема в том, что чаще всего на телевидении, в печатных изданиях, в Интернете обсуждаются заболевания глаз у взрослых. К сожалению, детская офтальмология является «падчерицей» офтальмологии общей практики. Именно этот факт побудил меня написать книгу и рассказать вам подробно: что, где и когда нужно делать при болезни глаз у ребенка. Создать навигатор, который поможет вам легко ориентироваться в процессе диагностики и лечения. Сплотить заботливых и любящих родителей единым фронтом в борьбе за ясное зрение своих малышек. Для меня крайне важно, чтобы дети с заболеваниями глаз в нашей стране получали своевременную и, глав-

ное, профессиональную, высокотехнологичную помощь, самое эффективное лечение!

Выступая в роли приглашенного эксперта, отвечая в прямом эфире на вопросы телезрителей, я понял, что проблема недоинформированности (и ложной информированности) именно в лечении детских глазных заболеваний приобретает масштабы системной ошибки. И это не связано с нежеланием людей что-то знать — иначе бы они не звонили на передачу, не писали в чат, не задавали бы вопросов на сайте моих клиник. Желание добыть знания есть, но легко запутаться в массе противоречивых источников.

Кроме того, глаз — сложнейшая система, и в физическом смысле (не каждый студент осилит оптику!), и в биологическом. Далекий от медицины человек будет испуган уже первыми страницами специализированной литературы. Причем в российских учебниках раздел о детских глазных заболеваниях — всего лишь подраздел общей, «взрослой» офтальмологии. И это вторая ключевая, системная ошибка информирования!

Лечение детских глазных болезней серьезно отличается от мероприятий в общей практике. Детский глазной врач, детский глазной хирург должны не только досконально знать все о строении глазного аппарата. Важно понимать все этапы взросления ребенка, формирования его зрительного анализатора и пути передачи зрительных импульсов в головной мозг, возрастные особенности развития головного мозга — то есть детскому глазному врачу необходимо быть еще и нейрофизиологом!

Только такой подход помог мне разработать новые современные и прогрессивные методики лечения, которые позволяют избавляться от детских заболеваний глаз, в общей российской практике признанных неизлечимыми. Я горжусь, что мои знания и усилия помогли стать здоровыми и счастливыми тысячам детей.