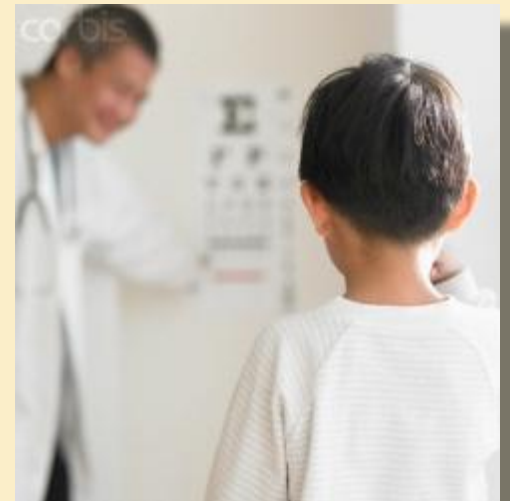


# “Зір людини”



Підготувала  
Студентка 4 Г курсу  
Філіпчук Марія

**Офтальмологія** - наука, що вивчає анатомію, фізіологію органа зору, захворювання, що відносяться до органу зору, а також структуру сліпоти.



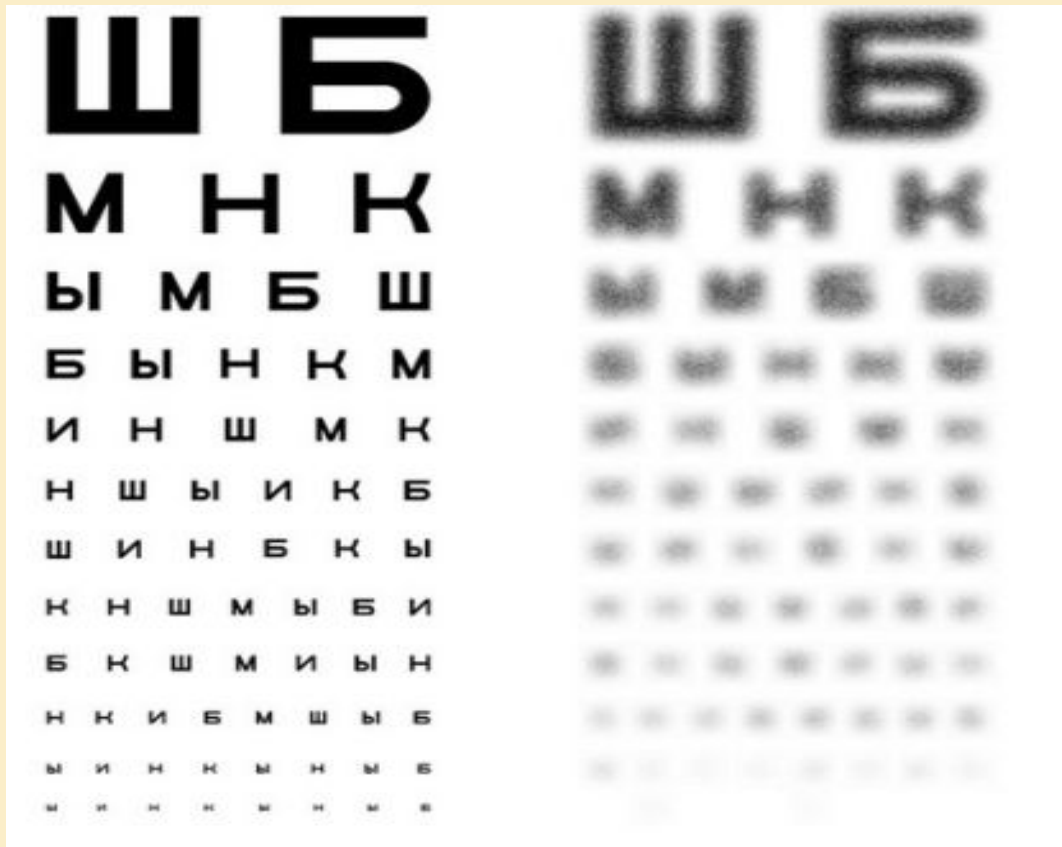
# Порушення зору

Найбільш часто зустрічаються порушення зору - це **короткозорість і далекозорість.**



**Наявність цих порушень встановлює лікар при вимірюванні гостроти зору за допомогою спеціальних таблиць.**

**Короткозорість** - це порушення роботи ока, яке виявляється в зниженні чіткості зору вдалину.



# Причини виникнення короткозорості



- Спадковість.
- Перенесені захворювання (ревматизм, сколіоз, тощо).
- Інтенсивні зорові навантаження.
- Недотримання гігієни праці (недостатнє освітлення, неправильно обладнане робоче місце і посадка під час роботи або навчання)

**Далекозорість** - це порушення зору, при якому погіршується чіткість зображення предметів, що знаходяться на близькій відстані (20-30 см від очей).



# Симптоми далекозорості



- Поганий зір поблизу;
- Поганий зір вдалину (при великих ступенях далекозорості);
- Підвищена стомлюваність очей при читанні;
- Перенапруження очей при роботі (головні болі, печіння в очах);
- Косоокість і "ледачі" очі у дітей;
- Часті запальні хвороби очей (блефарити, ячмінь, халязіон, кон'юнктивіт)



## Фактори, що сприяють збереженню зору :

- хороше освітлення робочого місця.
- розташування джерела світла зліва.
- відстань від ока до розглянутого предмета має бути близько 30-35 см.



# Гімнастика для очей



Відкритими очима повільно, в такт диханню, плавно малюємо вісімку в просторі по горизонталі, вертикалі.

# Використані джерела :

1. <http://medicstest.net/oftalmologiya/245-%C0%A%E%E%F0%E%E%F2%EA%E%E%E7%E%E%F0%B3%F1%F2%FC.html>
2. <http://mdovidka.com/dalekozorist.html>