

Mit barns øjne

– fra baby til skolealder



Øjenforeningen



Øjenforeningen

Øjenforeningen
forebygger og bekæmper
øjensygdom og blindhed.

Gennem forskning og
oplysning bidrager vi til
bedre behandlinger og
færre blinde, så flere
kan se hele livet.

Ansvarsh. redaktør:

Carsten Edmund, øjenlæge, dr.med.

Tekst og idé:

Jørgen Bruun-Jensen, øjenlæge

Illustrationer: Kaj Otto Grafisk Design ApS

Forsideillustration: vivibarsted.dk

Korrektur: Korrekturfabrikken.dk

Layout: Appetizer.dk

Tryk: Vinderup Bogtrykkeri

Øjenforeningen

Ny Kongensgade 20

1557 København V

Telefon: 33 69 11 00

ojenforeningen.dk

kontakt@ojenforeningen.dk

Medlemskab af Øjenforeningen:

Personligt medlemskab: 200 kr./år

Husstandsmedlemskab: 300 kr./år

Indhold

- 3 Mit barns øjne
– fra baby til skolealder
- 5 Husk børneundersøgelser
hos din egen læge
- 6 Sådan udvikles dit
barns syn
- 8 Har mit barn et
godt syn?
- 12 Skeler mit barn?
- 18 Hvad gør jeg, hvis mit
barn har ...



STØT OS

Giv synet i gave. Vi støtter dansk
øjeforskning mere end nogen anden forening



Hjemmeside

Besøg
ojenforeningen.dk/gave



MobilePay

Send til nummer
99002



Bank

Overfør til konto
7360 1852038

Du kan trække alle gaver fra
i skat – uanset størrelse.

Sammen om danskernes syn siden 1982

Mit barns øjne

– fra baby til skolealder

Allerede de første dage efter fødslen ser det lille barn sig omkring, men barnet ser alting meget utydeligt og helt uden farver.

Det lille barn skal lære at se. Der skal mange millioner synsoplevelser til, førend øjne, hjerne, hænder og krop lærer at samarbejde. Først omkring seksårsalderen er synet færdigudviklet, og barnet er klar til at komme i skole.

Mens synet er under udvikling, tæller hver eneste dag. Barnets hjerne skal lære at få synsindtryk fra højre og venstre øje til at samarbejde og blive til en tredimensional synsoplevelse.

Synsudviklingen er en meget følsom proces, som let kan bremses. For at udviklingen kan lykkes, skal begge øjne fungere godt, og øjnene skal bevæge sig sammen i et nøjagtigt mønster.

Et barn i alderen nul til seks år har forudsætningerne for at udvikle et godt syn på begge øjne. Begynder barnet at skele, få brug for briller eller udvikle en øjensygdom, kan den normale synsudvikling imidlertid gå i stå. I disse tilfælde er det vigtigt hurtigt at få påbegyndt den rette behandling. For jo ældre barnet bliver, des vanskeligere bliver det for barnet at genvinde et godt syn.

Vi har brug for et godt syn. Det gælder både i børnehaven, i skole, under uddannelse, på jobbet og i forhold til alt det, vi gerne vil opleve og foretage os gennem livet. Det moderne samfund stiller store krav til vores syn.

Denne brochure beskriver, hvordan barnets syn udvikles, og hvordan forældre kan være med til at opdage, hvis der er noget galt med barnets syn.

Husk børneundersøgelser hos din egen læge

– der følger dit barns udvikling af synet

Børneundersøgelserne finder sted, når barnet er:

- Fem uger
- Fem måneder
- 12 måneder
- To år
- Tre år
- Fire år
- Fem år



Ved alle børneundersøgelserne undersøger lægen, om barnet har et veludviklet syn på begge øjne. Der kan dog ske utrolig meget med synet i løbet af de få uger, måneder eller år, der går imellem undersøgelserne. Derfor er det afgørende, at forældrene er opmærksomme på skelen samt tester barnets syn så tidligt som muligt.

Sådan udvikles dit barns syn

Det lille barn har brug for mange forskellige synsoplevelser. For i det lille barns øjne er alle de celler, som skal omdanne lys til nerveimpulser, ikke færdigudviklede. Når barnet på daglig basis stimuleres af mange synsoplevelser, udvikler disse celler sig, samtidig med at der kommer orden i alle nerveforbindelserne i hjernen. I løbet af barnets første leveuger påbegyndes synsudviklingen således, og de fleste børn kan efter nogle uger kigge mod fars og mors ansigter i korte perioder, når far og mor smiler og taler.

Du kan altid spørge sundhedsplejersken om råd. Barnet skal gerne have udviklet følgende færdigheder, når det har en vis alder:



To måneder: Barnet skal være helt sikker i sin øjenkontakt og kunne fastholde blikket i længere tid mod et ansigt og følge ansigtet, når det bevæger sig.



Fire måneder: Barnet har længe været interesseret i sine hænder. Det kan nu kigge på dem, samle dem og putte dem i munden. Barnet kan ydermere begynde at gribe lidt usikkert efter genstande, som rækkes frem mod det.

Seks måneder: Barnets øjenbevægelser er nu godt udviklet. Øjnene følger fint, når der for eksempel bevæges et stykke legetøj foran barnet. Barnet kan flytte ting fra den ene hånd til den anden og begynder at kunne kende sin mors, fars og søskendes ansigter.

12 måneder: Barnet har nu udviklet en god synsstyrke på begge øjne. Barnet finder billeder og tegninger meget sjove.

To år: Barnets øjne, hænder og krop arbejder godt sammen. Barnet kan finde ting, der har samme farve og form, samt pege på de billeder i bogen, som mor og far foreslår.

Tre, fire, fem og seks år: I løbet af disse år bliver alle barnets synsfunktioner stadig mere sikre. Er det ikke tilfældet, er der i disse år stadig mulighed for at genoptræne synet. Men jo ældre barnet bliver, des vanskeligere er det at opnå et godt resultat. Når barnet fylder seks år, er synet næsten færdigudviklet.

Har mit barn et godt syn?

Forældre kan 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 tre år gammelt. Men læg mærke til, hvordan barnet bevæger sig, holder sit hoved, leger, griber, finder små ting og ser på billeder. Tilsammen kan det give et indtryk af, om barnet ser godt. Tal med sundhedsplejerske og læge, hvis du mener, at der er noget galt.



Udfordringen ligger i, at små børn kan klare sig fint, selvom de kun ser godt med det ene øje og meget dårligt med det andet. Barnet kan ikke mærke eller fortælle, at der er noget galt.

Derfor er det afgørende at undersøge højre og venstre øje hver for sig. Gør det ved at holde en hånd for barnets øje sådan, at barnet ikke kan se ud mellem fingrene. Først undersøges det ene øje og bagefter det andet.

Ser barnet dårligt med det ene øje, vil det typisk forsøge at skubbe håndfladen væk fra det gode øje eller dreje hovedet.

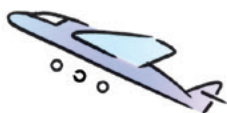
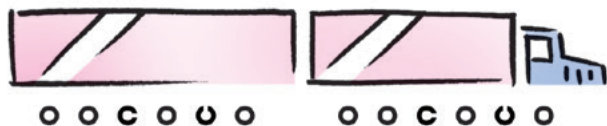
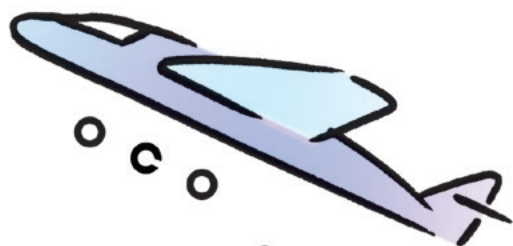
Du kan lave følgende lille synsprøve med dit barn (side 10 og 11). De fleste børn kan være med, når de er omkring tre år gamle. Hold hæftet i normal læseafstand fra barnet (omkring 35 centimeter).

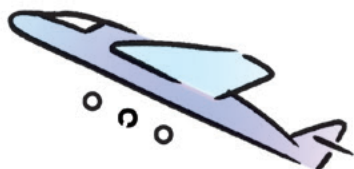
Barnet skal pege på det hjul, hvor der er hul i kanten. Begynd med de store tegninger. Jo mindre hjul barnet kan pege rigtigt på, des bedre er barnets synsstyrke. Det vigtigste er imidlertid at opdage, om barnet ser lige godt med højre og venstre øje.

Prøv at opdigte en sjov fortælling sammen med tegningerne. Lykkes det ikke at få barnet til at være med, så prøv en anden dag, hvor barnet er i bedre humør.

Fortællingen kan for eksempel begynde på følgende måde:

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 afgøre, om barnet skeler. Nogle små børn har en meget bred næseryg og lidt folder af hud ved siden af næseryggen. Når barnet ser lidt til siden, kan det se ud, som om øjet mod næsen skeler indad. I dette tilfælde er det dog øjenomgivelserne, der snyder lidt.

De første måneder efter fødslen er øjnenes bevægelser ikke rigtig udviklet. Med alderen bliver øjenbevægelserne mere og mere sikre, og efterhånden arbejder begge øjne fint sammen. Efter otte-månedersalderen er det ikke længere normalt, at barnet skeler.

Rigtig skelen kan optræde allerede de første uger efter fødslen. Hos de fleste børn udvikler skelen sig dog langsomt. Ofte er det kun det ene øje, der begynder at skele. Det kan også være skiftevis højre og venstre øje, der skeler. I begyndelsen er det ofte kun, når barnet er træt, kommer ud i solen, ser i en bestemt retning eller kigger på ting nær sit ansigt. Senere bliver skelen mere vedvarende og tydelig.

Skelen ødelægger barnets normale udvikling af synet, og det er derfor vigtigt at opdage og behandle skelen så tidligt som muligt.



Forældre kan være med til at opdage, om barnet skeler. Det kan for eksempel ske ved at foretage disse tre prøver:

Legetøjs-prøven

- Gør brug af en lille dukke, en bil eller et andet stykke legetøj, som barnet holder af.
- Støt barnets hoved med din ene hånd, så barnet ikke drejer hovedet.
- Bevæg legetøjet langsomt. Først fra side til side og efterfølgende oppefra og ned.
- Følger begge barnets øjne legetøjet i en jævn bevægelse?
- Eller drejer det ene øje i en forkert retning, så barnet skeler?
- Bevæg langsomt legetøjet mod barnets ansigt.
- Drejer det ene øje langt ind mod næsen, så barnet skeler?





Foto-prøven

- Prøv at tage et foto med blitz af barnets ansigt, når barnet har store pupiller.
- Fotoet tages bedst lige foran barnet på omkring en meters afstand.
- Prøv at få barnet til at kigge lige mod fotografiapparatet.
- På fotoet vil barnet have store, røde pupiller.
- Er der uklarerheder i øjets hornhinde, linse eller bagtil i øjet, vil disse ofte fremstå som sorte pletter i den røde pupil.
- Af fotoet fremgår det ofte også, om barnet skeler.
- Medbring fotoet til læge og øjenlæge.

Lygte-prøven

- Brug en pencillygte, som lyser med en lille lysplet.
- Lys med lygten en halv meter fra barnets ansigt.
- Prøv at få barnet til at kigge på lygten.
- Du kan nu se et lille spejlbillede af lyset i hvert af barnets øjne.
- Normalt vil lyspletten optræde det samme sted på begge øjne.
- Hvis barnets øje skeler, vil lyspletten være placeret forskelligt på højre og venstre øje.

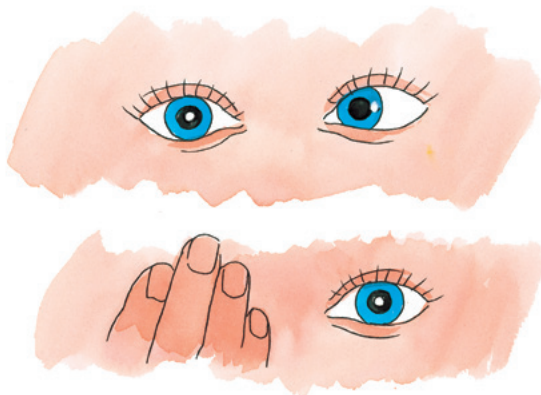
Lygte-prøven fortsætter lidt endnu

- Prøv at få barnet til at kigge på lygten igen.
- Hold så din hånd for barnets ene øje.
- Bevæger barnet 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, skeler barnet.

Hvis du er i tvivl, om dit barn skeler, så tøv ikke med at få en læge til at undersøge det.

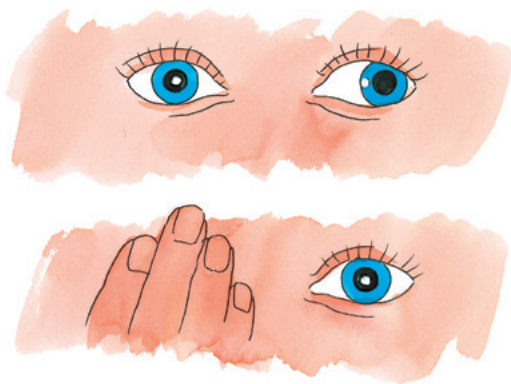
Barnet skeler indad

- Lyspletten er placeret forkert på venstre øje.
- Når du holder for højre øje, bevæger barnet sit venstre øje.



Barnet skeler udad

- Lyspletten er placeret forkert på venstre øje.
- Når du holder for højre øje, bevæger barnet sit venstre øje.



Hvad gør jeg, hvis mit barn har ...

Rødt øje:

Når barnets øje bliver rødt, skyldes det ofte øjenbetændelse, et fremmedlegeme eller et sår på øjet (se Øjenforeningens brochure 'Rødt øje').

Slim og pus i øjet:

Når barnets øje er rødt, og der samtidig er slim og pus i øjet, er det symptom på øjenbetændelse. Tal med en læge om, hvad der er det rigtige at gøre.

Læs mere om øjenbetændelse på ➔ ojenforeningen.dk/ojenbetændelse

Øje, der løber i vand:

Er øjet rødt med kun lidt pus, men løber meget i vand, kan det være tegn på, at barnet har øjenbetændelse med virus. Ofte vil der være andre børn eller voksne, som har samme symptomer. Øjenbetændelse kan smitte både fra øje til øje og fra person til person. Ved øjenbetændelse bør lægen kontaktes.

Øje, der klør:

Når barnet har øjenbetændelse eller et fremmedlegeme i øjet, gnider barnet sine øjne, fordi de klør. Kløe i øjnene kan dog også skyldes, at barnet har udviklet øjenallergi. Spørg lægen om, hvad der kan gøres.

Smerte i øjet:

Der er noget galt, hvis barnet græder hele tiden, er utrøsteligt og holder hånden mod øjet. I et sådant tilfælde haster det med at komme til lægen eller på skadestuen.

Tilstoppet tårekanal:

Børn under et år kan have symptomer på tilstoppet tårekanal. Det er næsten altid kun det ene øje, der bliver ved med at løbe i vand. Ofte vil der også være lidt pus i øjet. Hvis du med din finger forsigtigt trykker barnet ved siden af næsen og lader fingeren glide op mod øjenkrogen, vil der løbe slim ud i øjet. Hos stort set alle børn forsvinder symptomer på tilstoppet tårekanal, inden barnet fylder et år. Forsvinder symptomerne ikke, bør øjenlægen kontaktes.

Forebyggelse:

Pas på, at barnet ikke leger med skarpe, spidse eller andre farlige genstande. Barnet skal lære, at det 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 genstande, der kastes gennem luften, er ligeledes farlige for barnets øjne.

Øjenforeningen forebygger og bekæmper øjensygdom og blindhed.

Gennem forskning og oplysning bidrager vi til bedre behandlinger og færre blinde, så flere kan se hele livet.

Få viden i øjenhøjde

På Øjenforeningens hjemmeside finder du meget mere viden om dit syn og dine øjne. Der er for eksempel oplysninger om øjensygdomme, symptomer og behandling – og genveje til hjælp hos optikeren, øjenlægen eller synsrådgivningen. Besøg ➔ ojenforeningen.dk og få mere at vide.

Bliv medlem

På hjemmesiden kan du melde dig ind og støtte vores arbejde. Et personligt medlemskab koster kun 200 kr. om året – skal alle i husstanden være medlemmer koster det 300 kr. Som medlem har du blandt andet muligheden for at tale med en øjenlæge inden for en uge.

ojenforeningen.dk

STØT OS

Giv synet i gave. Vi støtter dansk øjenforskning mere end nogen anden forening.



Hjemmeside

Besøg
ojenforeningen.dk/gave



MobilePay

Send til nummer
99002



Bank

Overfør til konto
7360 1852038

