Indian Academy of Pediatrics (IAP)

महाराष्ट्र राज्य बालरोग तज्ज्ञ संघटना (MAHAIAP)

प्रकरण २४ :

पालकांसाठी मार्गदर्शक तत्वे : दृष्टीदोष ओळख आणि काळजी

पाच महत्त्वाच्या ज्ञानेन्द्रीयात नजरेचे महत्त्व आपण कधीच विसरू शकत नाही. बाळाच्या सर्वांगीण विकासात दृष्टी हे महत्त्वाचे अंग आहे. त्यामुळे बाळाच्या विकासात अडथळा येण्यात त्याच्यात दृष्टीदोष नाहीणा हे लवकरात लवकर ओळखणे गरजेचे आहे. हे कसे करावे, हे प्रश्नोत्तराद्वारे आज पाहुया.

अध्यक्ष २०२२ : डॉ. हेमंत गंगोलिया

सचिव २०२२-२३ : डॉ. अमोल पवार

मार्गदर्शक : डॉ. जयंत उपाध्ये

समन्वयक : डॉ. नरेंद्र नानिवडेकर

अनुवाद : डॉ. सुनील गोडबोले

पुनरावलोकन : डॉ. चित्रा दाभोळकर, श्री. अविनाश शिरगावकर

Convener: **Payal Gupta**

Members: **Anil Kumar Jaiswal, Jijo Joseph John, Suneel S Godbole**

दहा नेहमी विचारले जाणारे प्रश्न

१. माझे मूल बघू शकत नाही हे मला कसे कळेल?

२. माझ्या बाळामध्ये दृष्टिदोष असण्याची कारणे काय असू शकतील?

३. माझे बाळ कधीतरी चष्म्याशिवाय नीट बघू शकेल काय?

४. कमी दृष्टी टाळण्यासाठी किंवा त्यावर उपचार करण्यासाठी माझ्या बाळाच्या आहारात काही पूरक आहार घटकांचा समावेश करता येईल का?

५. दृष्टिदोष सुधारण्यासाठी काही डोळ्याचे थेंब किंवा व्यायाम आहेत का?

६. कमी दृष्टी असलेले माझे बाळ सामान्य जीवन जगू शकेल का?

७. माझ्या बाळाचा चष्मा जाण्यासाठी कोणती शस्त्रक्रिया करता येईल का?

८. माझे बाळ चष्मा वापरण्याऐवजी कॉन्टॅक्ट लेन्स घालू शकेल का?

९. टीव्ही पाहणे, जवळून वाचणे आणि मोबाइल फोन वापरणे यामुळे दृष्टिदोष होऊ शकतो का?

१०. माझ्या बाळाची सध्याची दृष्टी बिघडू नये म्हणून मी कोणते उपाय करावेत?

Under the Auspices of the IAP Action Plan 2020–2021

Piyush Gupta IAP President 2021

Remesh Kumar R IAP President-Elect 2021

Bakul Parekh IAP President 2020

GV Basavaraja IAP HSG 2020–2021

Deepak Ugra National Co-ordinator

Ch-024.indd 1 08-09-2021 11:01:35

© Indian Academy of Pediatrics

IAP Parent Guideline Committee

Chairpersons: Piyush Gupta, Bakul Parekh
IAP Co-ordinators: GV Basavaraja, Harish Kumar Pemde, Purna Kurkure

Core Group

National Co-ordinator: ***Deepak Ugra***
Member Secretaries: ***Upendra Kinjawadekar, Samir Dalwai***
Members: ***Apurba Ghosh, CP Bansal, Santosh Soans, Somashekhar Nimbalkar, S Sitaraman***

24

मुलांमधील दृष्टिदोष कसा ओळखावा आणि दृष्टिदोष असलेल्या मुलांची काळजी कशी घ्यावी?

प्रश्न (१)

माझे मूल बघू शकत नाही हे मला कसे कळेल?

स्वतःची दृष्टी कमी झाली आहे अशी तक्रार एक लहान मूल सहसा कधीच करत नाही, परंतु काही लक्षणे मुलांमधील दृष्टिदोष लक्षात येण्यासाठी पालकांना मदत करू शकतात.

- दृष्टिदोष असलेले बाळ चेहरा किंवा वस्तूचे अनुसरण करत नाही किंवा परिचित चेहऱ्यांशी नजर मिळवत नाही.
- डोळ्यांची एका बाजूकडून दुसऱ्या बाजूकडे झटका देत वारंवार हालचाल होणे (निस्टॅग्मस), एक किंवा दोन्ही डोळे नाकाच्या बाजूला किंवा बाहेरच्या बाजूला तिरळे होणे. (तिरळेपणा, आकृतीक्रमांक १)
- डोळ्याच्या काळ्या भागात पांढरा ठिपका असणे किंवा उजळ प्रकाश असताना डोळ्याची उघडझाप न होणे.

आकृती १ : ९ वर्षाच्या मुलाला असलेला तिरळेपणा

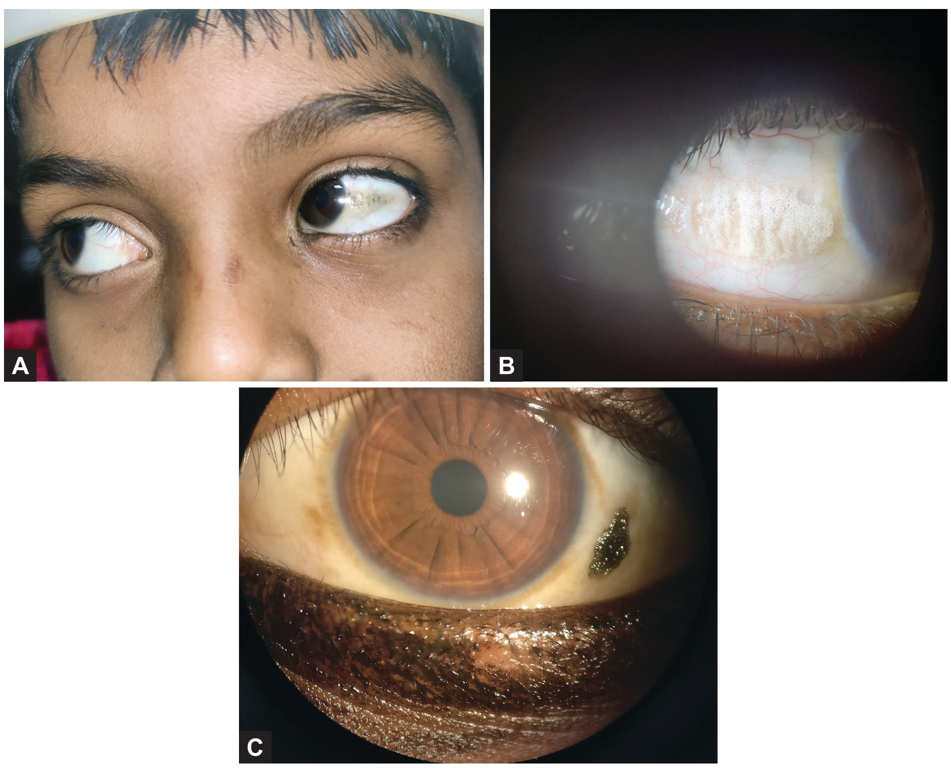
- मोठी मुले वस्तू त्यांच्या डोळ्याच्या जवळ धरून बघण्याचा प्रयत्न करतात, चेहरा वळवताना किंवा डोके झुकवताना डोक्याची विचित्र स्थिती असू शकते, लक्ष केंद्रित करताना एक डोळा झाकणे किंवा तिरकस करणे, वारंवार डोळे चोळणे, वारंवार डोळ्यांचे संक्रमण होणे–उदा. रांजणवाडी, डोळा दुखणे, डोके दुखीची तक्रार किंवा शालेय अभ्यासात अडचण येणे. वेळेत ओळखले नाही किंवा उपचार केले नाहीत तर मुलांमधील दृष्टिदोष त्यांच्या विकासात आणि शिक्षणात अडचणी निर्माण करू शकतात. वेळ निघून गेल्यावर उपचार केले तरीही कायम स्वरूपी दृष्टीचे नुकसान होऊ शकते.

प्रश्न (२)

माझ्या बाळामध्ये दृष्टिदोष असण्याची कारणे काय असू शकतील?

तुमच्या बाळामध्ये दृष्टिदोष जन्मतःच असू शकतो किंवा डोळ्यांच्या काही आजारामुळे, दुखापतीमुळे किंवा एखाद्या शारीरिक आजारामुळे तो नंतर सुरू होऊ शकतो.

- तुमच्या मुलामधील दृष्टिदोषावर काही उपचार करण्याजोगी कारणे म्हणजे अपवर्तक त्रुटी (चष्म्याची गरज), अ जीवन सत्त्वाची कमतरता (आकृती. २A ते C), तिरळेपणा, जन्मजात मोतीबिंदू (लेन्सची अपारदर्शकता; आकृती. ३ A आणि B), जन्मजात काचबिंदू (डोळ्याचा दाब वाढणे आणि मेंदूच्या मागील बाजूस असलेल्या दृष्टिज्ञानाच्या केंद्राचे नुकसान, आकृती. ४), डोळ्यातील गाठ, दृष्टिपटलाचे रोग (विशेषत: अकाली जन्मलेल्या बाळांमध्ये ज्यांना जन्मानंतर रुग्णालयात भरती करावे लागते किंवा अतिदक्षतेची आवश्यकता पडते त्यांना रेटिनोपॅथी ऑफ प्रीमॅच्युरिटी – ROP – होण्याचा धोका असतो), डोळ्यांचे संक्रमण आणि डोळ्यांना दुखापत.
- गर्भधारणे दरम्यान मातांमध्ये काही विषाणू जन्यसंसर्ग (रुबेला, सायटोमेगॅला आणि टॉक्सोप्लाझ्मा) देखील डोळ्यांच्या संरचनात्मक आणि कार्यात्मक विकासास कारणीभूत ठरू शकतात. परिणामी दृष्टीचे नुकसान होऊ शकते.
- इतर कारणे : मेंदूचे जे भाग दृष्टी नियंत्रित करतात त्या भागांवर परिणाम करणाऱ्या परिस्थितींशी संबंधित असू शकतात (कॉर्टिकल दृष्टीदोष), डोळा आणि मेंदू यांच्यातील मज्ञातंतूंच्या मार्गावर आघात (ट्यूमर, दुखापत किंवा संसर्ग) किंवा अनुवांशिक रोग (रेटिनाइटिसपिगमेंटोसा, रंगांधळेपणा आणि डोळ्यातील आंतर्पटलाची विकृती retinal dystrophy).



आकृती. २ A ते C : बिटॉटस्पॉट (A) हे अ जीवनसत्वाच्या कमतरतेचे लक्षण म्हणून पाहिले जाते. हे डाग पांढऱ्या रंगामध्ये त्रिकोणी जखमा (B) असतात, परंतु काजळ लावण्याच्या प्रचलित पद्धतीमुळे, काळे डाग अनेकदा दिसतात (C).

Ch-024.indd 4 08-09-2021 11:01:36

या सर्व लक्षणांसाठी संपूर्ण डोळ्यांची तपासणी करावी, कारण लवकर शोध घेणे ही प्रभावी उपचारांची गुरुकिल्ली आहे

आकृती ३A आणि B : डाव्या डोळ्याच्या जन्मजात मोतीबिंदूमुळे डोळ्याच्या मध्यभागी पांढरा प्रतिक्षेप (व्हाइटरिफ्लेक्स) (A). दोन्ही डोळ्यांना संवेदन क्षमतेच्या अभावामुळे (B) तिरळेपणा आणि जन्मजात मोतीबिंदू आहे

आकृती ४ : जन्मजात काचबिंदू असलेले दीड वर्षाचे मूल. पालकांच्या लक्षात आले की मुलाचा कॉर्निया (डोळ्याच्या बाहुलीचा पारदर्शक पडदा) मोठा आहे, डोळ्यातून जास्त पाणी येत आहे आणि तो आपला चेहरा उशीवर किंवा आईच्या खांद्यावर लपवतो (प्रकाश सहन होत नसल्यामुळे).

Ch-024.indd 5 08-09-2021 11:01:37

प्रश्न (३)

माझे बाळ कधीतरी नॉर्मल/चष्म्याशिवाय नीट बघू शकेल काय?

दुरुस्त न केलेल्या दृष्टिदोषांच्या बाबतीत (मायोपिया, ज्याला सामान्यतः ऱ्हस्व दृष्टी म्हणतात; हायपरमेट्रोपिया, ज्याला सामान्यतः दूरदृष्टी म्हणून ओळखले जाते), चष्मा तुमच्या बाळाला सामान्यपणे पाहण्यास मदत करतो.

- दृष्टिदोष (रिफ्रॅक्टिव्हएरर) ओळखण्यात उशीर झाल्यास, चष्मा घालूनही तुमच्या मुलाची एका किंवा दोन्ही डोळ्यांची दृष्टी खराब होऊ शकते (ॲंब्लियोपिया किंवा आळशी डोळा)
- या टप्प्यावर तिला नियमितपणे चष्मा घालणे आवश्यक आहे आणि सामान्य दृष्टी विकासासाठी आणि कायमस्वरूपी दृष्टिदोष रोखण्यासाठी ॲंब्लिओपिआथेरपी (चांगल्या डोळ्याला पॅच लावणे) आणि चष्मा लावून दृष्टी वापरायला लागणारी कामे सुरू करणे महत्त्वाचे आहे.
- दृष्टी (visual acuity) आयुष्याच्या पहिल्या वर्षात वेगाने विकसित होते आणि पहिल्या दशकात लवचिक राहते. ही जलद परिपक्वता प्रक्रिया कोणत्याही कारणामुळे विस्कळित झाल्यास डोळयातील पडद्यावर स्पष्ट प्रतिमा तयार होत नसल्यास दृष्टी मंद होते. जसे मूल मोठे होत जाते तसे दृष्टीच्या विकासाची लवचिकता कमी होत जाते. म्हणून, जितक्या लवकर ॲंब्लिओपिआ लक्षात येईल, तितका अधिक यशस्वी उपचार होऊ शकेल.

पालक म्हणून तुमची प्राथमिक गरजही तुमच्या मुलाची दृष्टी चांगली असणेही असून केवळ चष्मा चांगला दिसत नाही या कारणास्तव मुलांच्या वाढीच्या वयात चष्मा वापरणे टाळणे हे योग्य नाही.

प्रश्न (४)

दृष्टिदोष टाळण्यासाठी किंवा त्यावर उपचार करण्यासाठी माझ्या बाळाच्या आहारात काही पूरक आहार घटकांचा समावेश करता येईल का?

गाजर खाल्ल्याने दृष्टी सुधारते आणि चष्मा जाण्यास मदत होते असा समज आहे. गाजरात भरपूर बीटाकॅरोटीन असते जे शरीराद्वारे अ जीवनसत्वामध्ये रूपांतरित होते.

सामान्य दृष्टी राखण्यासाठी अ जीवनसत्व आवश्यक आहे आणि बहुतेक मुलांना त्यांच्या नियमित आहारात ते पुरेसे मिळते. वाढीच्या वयात अपुरा आहार, कुपोषण समस्या किंवा आतड्यांसंबंधी आजार असलेल्या मुलांमध्ये अ जीवनसत्व कमी पडते ज्यामुळे दृष्टीवर परिणाम होऊ शकतो. अशा परिस्थितीत तुमच्या मुलाच्या आहारात अ जीवनसत्वाच्या समृद्ध स्रोतांचा समावेश करणे उपयुक्त ठरू शकते. अ जीवनसत्वाचे काही सामान्य स्रोत म्हणजे हिरव्या पालेभाज्या, गडद रंगाची फळे आणि भाज्या (गाजर आणि पपई), आणि अ जीवनसत्व घातलेल तांदूळ (fortified rice).

हे लक्षात ठेवणे देखील महत्त्वाचे आहे की अ जीवनसत्व केवळ विशिष्ट लक्षणे असलेल्या अ जीवनसत्वाच्या कमतरतेच्या बाबतीत मदत करेल. (उदा., डोळ्यांचा कोरडेपणा, बिटॉटस्पॉट, कॉर्निया वितळणे, आणि रातांधळेपणा). ज्यांना कमतरता नाही त्यांना अ जीवनसत्वाचा कोणताही फायदा होणार नाही. कोणतेही पूरक अन्न खाल्याने तुमच्या मुलाची दृष्टी चमत्कार झाल्यागत सुधारू शकत नाही किंवा चष्मा आपोआप जाऊ शकत नाही.

प्रश्न (५)

दृष्टिदोष सुधारण्यासाठी काही डोळ्याचे थेंब किंवा व्यायाम आहेत का?

डोळ्यांचे थेंब जर अयोग्य पद्धतीने वापरले तर जंतूसंसर्ग वाढू शकतो. जंतूंचा प्रतिरोध (resistance) वाढू शकतो, उपचारांना यश येत नाही, दुष्परिणाम होऊ शकतात, आजार बळावू शकतो, निदानाला उशीर होऊ शकतो आणि दुर्दैवाने दृष्टीसुद्धा जाऊ शकते.

- स्टिरॉइड्स असलेल्या डोळ्याच्या थेंबांचा गैरवापर विद्यमान संसर्ग वाढवू शकतो आणि अंधत्व येऊ शकते (स्टिरॉइड्समुळे काचबिंदू आणि मोतीबिंदू होऊ शकतो).
- बाळाच्या डोळ्यात गुलाबपाणी, काजळ, मध, वनस्पतीच्या पानांचा रस, लिंबाचा रस, हळद, रॉकेल, टूथपेस्ट, आईचे दूध आणि लघवी यांसारख्या कोणत्याही स्वयं – औषधपद्धती किंवा घरगुती उपचारांचा वापर करू नये. या पदार्थांच्या वापरामुळे डोळ्याच्या वेगवेगळ्या भागांचे कायमचे नुकसान होऊ शकते किंवा जंतुसंसर्ग होऊ शकतो.

तुम्ही तुमच्या बाळाच्या डोळ्यात डॉक्टरांच्या सल्ल्याशिवाय कोणतेही औषध वापरले असल्यास, नुकसानाची कोणतीही स्पष्ट चिन्हे नसली तरीही ताबडतोब नेत्रतज्ज्ञांचा सल्ला घ्यावा.

प्रश्न (६)

कमीदृष्टी असलेले माझे बाळ सामान्य जीवन जगू शकेल का?

कमी दृष्टी असलेल्या मुलाला नियमित सामाजिक क्रिया कलापांमध्ये अडचण येऊ शकते जसे की:

- खेळणे, बोलणे आणि इतरांशी संवाद साधणे
- शाळेतील कामगिरीमध्ये घट – वाचन आणि लिहिण्यास शिकण्यात अडचण.
- हात आणि डोळ्यांच्या समन्वयाचा अभाव (खेळात अडचणी, खराब हस्ताक्षर, बॉल पकडण्यात आणि फेकण्यात, बुटांच्या नाड्या बांधणे किंवा फळ्यावरून कॉपी करणे इत्यादीमध्ये अडचण).
- गंभीरदृष्टी दोषामुळे दैनंदिन उपक्रमात (उदा. बसणे, चालणे आणि खाणे) अडथळा येऊ शकतो.

शालेय अभ्यास करण्यास मुलाला मदत करणारी कमी–दृष्टी – सहाय्यक उपकरणे (low vision aids) उपलब्ध आहेत परंतु काही प्रमाणात कार्यात्मक दृष्टी असल्यासच त्यांची मदत होऊ शकते. अंधत्वाच्या बाबतीत, विशेष शिक्षणासाठी आपल्या बाळाची नोंदणी जरूर करावी.

दृष्टिदोष किंवा अंधत्व असलेली मुले, अशा मुलांच्या शिक्षणासाठी प्रमाणित असलेल्या शिक्षकाकडून मार्गदर्शन घेऊन, नियमित शाळेत जाऊ शकतात. अंधत्व आणि दृष्टीदोष असलेल्या मुलांसाठी लक्षित कार्यक्रम असलेल्या विशेष शाळादेखील आहेत.

प्रश्न (७)

माझ्या बाळाचा चष्मा जाण्यासाठी कोणती शस्त्रक्रिया करता येईल का?

रिफ्रॅक्टीव शस्त्रक्रिया लेझर–असिस्टेडइनसिटूकेराटोमिल्युसीस (LASIK), इम्प्लांटेबल कॉन्टॅक्टलेन्स (ICL), इ. डोळ्याच्या संरचनेत अशाप्रकारे बदल करून कार्य करतात की चष्मा न वापरता डोळयातील पडद्यावर केंद्रित योग्य प्रतिमा तयार होते आणि चष्मा जाऊ शकतो. परंतु बाळाचा डोळा त्याच्या आयुष्याच्या पहिल्या १८ वर्षांमध्ये विकसित होत असतो आणि वाढतही राहतो. जोपर्यंत परिपक्वतेची ही प्रक्रिया चालू राहते, तोपर्यंत शस्त्रक्रियेनंतरही डोळ्यांचा नंबर बदलू शकतो आणि त्याला/तिला पुन्हा चष्मा वापरावा लागेल. त्यामुळे लहान मुलांमध्ये चष्मा जाण्यासाठी रिफ्रॅक्टी व शस्त्रक्रिया करण्याचा सल्ला दिला जात नाही.

तुमचे मूल परिपक्व झाल्यावरच, १८ वर्षांनंतर, किमान एक वर्ष चष्म्याचा नंबर स्थिर असेल तर रिफ्रॅक्टिव शस्त्रक्रियेचे नियोजन केले जाऊ शकते. त्यासाठी शस्त्रक्रिया करण्यासाठी डोळ्यांचे आरोग्य योग्य आहे याची डोळ्यांची तपासणी करून खात्री करावी लागते. तोपर्यंत, तुमच्या मुलाला चष्मा वापरून सर्वोत्तम दृष्टी देण्यावर आणि अँब्लिओपियाला प्रतिबंध करण्यावर लक्ष केंद्रित करणे शहाणपणाचे आहे.

प्रश्न (८)

माझे मूल चष्मा वापरण्याऐवजी कॉन्टॅक्ट लेन्स घालू शकेल का?

विशेषत: ज्या मुलांचा डोळ्यांचा नंबर खूप जास्त असतो त्यांच्यासाठी कॉन्टॅक्ट लेन्स ही एक उत्तम सोय असू शकते. तथापि, नेत्ररोग तज्ञांच्या सल्ल्याने योग्य त्या कॉन्टॅक्ट लेन्स विकत घेतल्या पाहिजेत आणि पुरेशी काळजी आणि स्वच्छतेसह वापरल्या पाहिजेत. जबाबदारीने हाताळल्या नाहीत तर डोळ्यांना गंभीर जंतुसंसर्ग होऊ शकतो.

नेत्ररोगाच्या काही परिस्थितींमध्ये, कॉन्टॅक्ट लेन्सचा वैद्यकीय सल्ला दिला जातो. कोणतीही धोकादायक गुंतागुंत टाळण्यासाठी तुम्ही कॉन्टॅक्ट लेन्स लावण्याची आणि काढण्याची योग्य पद्धत स्वतः शिका आणि तुमच्या मुलाला शिकवा.

कॉन्टॅक्ट लेन्स ठेवण्यासाठी आणि साफसफाईसाठी विशिष्ट द्रावणकॉन्टॅक्ट लेन्ससह येते; तेच वापरा. कॉन्टॅक्ट लेन्स नेहमीच्या नळाच्या पाण्यात ठेवू नका किंवा धुवू नका. तुमच्या मुलासाठी ओव्हर–द–काउंटर कॉन्टॅक्ट लेन्स खरेदी करू नका. कॉन्टॅक्ट लेन्सच्या प्रिस्क्रिप्शनसाठी नेहमी तुमच्या डोळ्याच्या डॉक्टरांचा सल्ला घ्या, कारण ते चष्म्याच्या प्रिस्क्रिप्शनपेक्षा वेगळे आहे.

प्रश्न
(९)

टीव्ही पाहणे, जवळून वाचणे आणि मोबाइल फोन वापरणे यामुळे दृष्टिदोष होऊ शकतो का?

मुलांमध्ये डोळ्यांवर कोणताही ताण न पडता जवळून लक्ष केंद्रित करण्याची क्षमता असते. त्यांना बऱ्याचदा जवळून दूरदर्शन पाहण्याची किंवा मोबाईल फोन आणि पुस्तके डोळ्यांजवळ ठेवून बघण्याची सवय असते. त्यामुळे डोळ्यावर ताण पडतो परंतु अभ्यासात असे दिसून आले आहे की स्क्रीनच्या कामाचा किंवा डोळ्यांच्या अगदी जवळच्या कामाचा दृष्टीदोष विकसित होण्याचा थेट संबंध नाही.

तथापि तुमचे मूल टीव्हीजवळ बसत असेल किंवा वाचन साहित्य डोळ्यांजवळ धरून वाचत असेल तर त्याला दृष्टिदोष असू शकतो आणि त्याला डोळे तपासणीची आवश्यकता असू शकते.

तसेच दीर्घ काळ स्क्रीन बघण्याच्या दरम्यान (ऑनलाइन वर्ग, प्रोजेक्ट, व्हिडिओगेम्स, टेलिव्हिजन पाहणे आणि मोबाईल गेमिंग), किंवा लक्ष केंद्रित करण्याची आवश्यकता असलेली कार्ये करत असताना (वाचन आणि लिहिणे), डोळे नेहमीपेक्षा कमी मिचकावले जातात ज्यामुळे अश्रूंचा संरक्षणात्मक पडदा (tear film) सहजपणे तुटतो. यामुळे डोळे कोरडे होतात, ज्यामुळे डोळ्यात काहीतरी गेल्याची संवेदना, डोळ्यांची जळजळ, डोळ्यांचा ताण, थकवा किंवा डोकेदुखीदेखील होऊ शकते.

म्हणून तुम्ही तुमच्या मुलाला स्क्रीन बघण्याच्या काळात डोळ्याला वारंवार विश्रांती देण्याचा सल्ला द्यावा. स्क्रीनवर घालवलेल्या वेळेवर सातत्यपूर्ण मर्यादा ठेवा आणि घराबाहेरच्या क्रिया कलापांना प्रोत्साहन द्या.

प्रश्न (१०)

माझ्या मुलाची सध्याची दृष्टी बिघडू नये म्हणून मी कोणते उपाय करावेत ?

- जर तुमच्या मुलाला दृष्टिदोष असल्याचे निदान झाले असेल, तर तुम्ही त्यांच्यासाठी विशेष काळजी घ्या आणि नियमित फेर तपासणी करून घ्या.
- कमी दृष्टी असलेल्या मुलांसोबत काम करण्यासाठी प्रशिक्षित नेत्रतज्ज्ञ, ऑप्टोमेट्रिस्ट, ऑप्टीशियन, विशेष शिक्षक, फिजिओथेरपिस्ट, अभिमुखता आणि गतिशीलता विशेषज्ञ (orientation and mobility specialist) किंवा ऑक्युपेशनलथेरपिस्ट या सारख्या तज्ज्ञांची मदत घ्या
  - दुर्बलतेच्या तीव्रतेनुसार तुम्हाला एखाद्या तज्ज्ञाचा किंवा सर्वांचा सल्ला घ्यावा लागेल:
  - नेत्ररोग तज्ञ हे वैद्यकीय आणि शस्त्रक्रिया या दोन्ही माध्यमातून डोळ्यांची काळजी घेणारे विशेषज्ञ आहेत.
  - बाल नेत्ररोग तज्ज्ञ हे लहान मुलांमधील डोळ्यांच्या समस्यांवर उपचार करण्यासाठी विशेष प्रशिक्षण असलेले डॉक्टर आहेत.
  - ऑप्टोमेट्रिस्ट नेत्ररोग तज्ज्ञांप्रमाणेच सेवा देतात. त्यातील काहीजण मुलांच्या डोळ्यांच्या उपचारांमध्ये तज्ज्ञ असतात, परंतु ते शस्त्रक्रिया करत नाहीत.
- ऑप्टिशियन चष्मा बनवतात आणि समायोजित करतात. तुमच्या मुलाच्या दैनंदिन खेळात आणि संभाषणात त्याच्या विकासाला सहाय्य करण्यासाठी गोष्टी कशा करायच्या हे शिकण्यास हे सर्व तज्ज्ञ तुम्हाला मदत करतात.
  - जे दृष्टिदोष उपचारांनी बरे होऊ शकतात त्यासाठी वैद्यकीय उपचारांचा आधार घ्या आणि स्वतःहून घरच्या घरी उपचार करू नका.
  - दृष्टीदोष आढळल्यास, नियमित चष्मा वापरणे आणि त्यानंतर किमान दर सहा महिन्यांनी फेर तपासणी करणे आवश्यक आहे.
  - जर आळशी डोळा (amblyopia) असेल तर डोळ्याला बळकट करण्यासाठी चांगल्या डोळ्याचे पॅचिंग केले जाते.
  - लहान मुलांच्या मोतीबिंदूच्या बाबतीत, मोतीबिंदू शस्त्रक्रिया आणि डोळ्याच्या आत भिंगाचे रोपण करून त्यानंतर डोळ्यांच्या नंबरप्रमाणे योग्य तो चष्मा दिला जातो.
  - मुलाला तिरळेपणा असेल तर योग्य तो चष्मा दिला जातो आणि मग गरज पडल्यास शस्त्रक्रिया करून उरलेला तिरळेपणा घालवता येतो.

डोळ्यांची काळजी आणि दृष्टीचे मूल्यांकन हे तुमच्या मुलाच्या नियमित वैद्यकीय सेवेचा एक भाग असेल याची खात्री करा.