

О мерах по совершенствованию профилактики и оздоровления детей и подростков с нарушениями зрения

Утративший силу

Совместный Приказ и.о. Министра здравоохранения Республики Казахстан от 6 марта 2008 года N 120 и и.о. Министра образования и науки Республики Казахстан от 7 марта 2008 года N 112. Зарегистрирован в Министерстве юстиции Республики Казахстан 9 апреля 2008 года N 5184. Утратил силу совместным приказом Министра здравоохранения и социального развития Республики Казахстан от 9 ноября 2015 года № 851 и Министра образования и науки Республики Казахстан от 25 ноября 2015 года № 656

Сноска. Утратил силу совместным приказом Министра здравоохранения и социального развития РК от 09.11.2015 № 851 и Министра образования и науки РК от 25.11.2015 № 656.

В соответствии с постановлением Правительства Республики Казахстан от 13 октября 2004 года N 1050 "Об утверждении Плана мероприятий по реализации Государственной программы реформирования и развития здравоохранения Республики Казахстан на 2005-2010 годы", с целью совершенствования профилактики и оздоровления детей и подростков с нарушениями зрения, **ПРИКАЗЫВАЕМ** :

1. Утвердить прилагаемую Инструкцию по организации и внедрению методов профилактики близорукости и другой зрительной патологии у детей и подростков в медицинских организациях и организациях начального, основного среднего и общего среднего образования.

2. Департаментам (управлениям) здравоохранения областей, городов Астаны и Алматы (по согласованию) обеспечить:

1) организацию и проведение ежегодных профилактических осмотров, направленных на раннее выявление нарушения зрения у детей и подростков;

2) проведение ежегодного декадника по охране зрения детей и подростков с 20 апреля в соответствии с настоящим приказом;

3) внедрение методов профилактики близорукости и другой зрительной патологии в практику работы медицинских организаций в соответствии с настоящим приказом.

3. Департаментам образования областей, городов Астаны и Алматы (по согласованию) обеспечить:

1) проведение в организациях начального, основного среднего и общего среднего образования совместно с медицинскими работниками ежегодного декадника по охране зрения детей и подростков с 20 апреля в соответствии с настоящим приказом;

2) внедрение методов профилактики близорукости и другой зрительной патологии у детей и подростков в организациях начального, основного среднего и общего среднего образования в соответствии с настоящим приказом;

3) выполнение санитарно-эпидемиологических требований направленных на охрану зрения при обучении детей и подростков.

4. Комитету государственного санитарно-эпидемиологического надзора Министерства здравоохранения Республики Казахстан (Белоног А.А.) и департаментам (управлениям) государственного санитарно-эпидемиологического надзора областей, городов Астаны и Алматы (по согласованию) обеспечить:

1) санитарно-эпидемиологический надзор за состоянием и содержанием организаций начального, основного среднего и общего среднего образования с соблюдением норм освещенности, рационального питания, обеспечением мебелью, соответствующей возрастным особенностям детей и подростков;

2) систематический контроль за соблюдением санитарно-эпидемиологических требований к организации трудовой деятельности школьников в соответствии с законодательством Республики Казахстан.

5. Департаменту лечебно-профилактической работы (Исмаилов Ж.К.) направить настоящий приказ на государственную регистрацию в Министерство юстиции Республики Казахстан.

6. Департаменту организационно-правового обеспечения (Малгаждарова Б.Т.) обеспечить официальное опубликование настоящего приказа, после его государственной регистрации в Министерстве юстиции Республики Казахстан.

7. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на вице-министра здравоохранения Республики Казахстан Омарова К.Т. и вице-министра образования и науки Республики Казахстан Шамшидинову К.Н.

8. Настоящий приказ вводится в действие со дня его официального опубликования.

*И.о. Министра образования
и науки
Республики Казахстан*

Ф. Куанганов

*И.о. Министра
здравоохранения
Республики Казахстан*

А. Нусупова

Утверждена

совместным

приказом

И.о.

Министра

здравоохранения

Р е с п у б л и к и К а з а х с т а н

от 6 марта 2008 года N 120

И. о. М и н и с т р а о б р а з о в а н и я и н а у к и

Р е с п у б л и к и К а з а х с т а н

от 7 марта 2008 года N 112

Инструкция

по организации и внедрению методов профилактики близорукости и другой зрительной патологии у детей и подростков в медицинских организациях и организациях начального, основного среднего и общего среднего образования

1. Этапы проведения декадника

1. Медицинскими работниками (окулистами и медицинскими работниками школ) совместно с работниками организаций начального, основного среднего и общего среднего образования (директора школ, педагоги и классные руководители) проводятся ежегодные декадники по охране зрения детей и подростков (далее - Декадник).

2. Во время Декадника медицинские работники проводят широкомасштабную разъяснительную и информационную работу с выступлением в средствах массовой информации о целях и задачах Декадника, о своевременной диагностике и профилактике нарушений зрения у детей и подростков.

3. В организациях начального, основного среднего и общего среднего образования во время Декадника проводятся проверки на предмет своевременного выявления нарушения зрения у детей. День проведения проверки зрения у детей определяется директором школы и проводится одновременно по всей школе. К этому дню классные руководители подготавливают на отдельном листе списки учащихся своих классов.

Для проведения проверки нарушения зрения применяется таблица для ориентировочного определения остроты зрения. Таблица для ориентировочного исследования нормальной остроты зрения рассчитана на использование в школах и других детских учреждениях при массовых исследованиях остроты зрения работниками, не имеющими специального офтальмологического образования. Таблица состоит из трех строк стандартных таблиц, принятых в Республике Казахстан: букв Головина-Сивцева, колец Ландольта, фигурок Орловой. Каждая строка равнозначна и соответствует нормальной остроте зрения (1,0). Таблица устанавливается на 1,2 метра от пола на доске, расстояние от исследуемого

ученика до таблицы должно соответствовать 5 метрам. Таблица позволяет получить ответ на вопрос - имеет обследуемый нормальную остроту зрения (1,0) или пониженную.

Проверку на предмет своевременного выявления нарушения зрения у детей проводят классные руководители совместно с медицинскими работниками школ.

Обследование проводится в светлом помещении с естественным освещением: ученики первой смены осматриваются на втором-третьем уроках, второй смены на первом уроке. В случае, когда в назначенные часы классный руководитель отсутствует, эта работа может быть поручена другому педагогу. Списки с результатами проверки зрения передаются классному руководителю. Классный руководитель передает их школьному медицинскому работнику.

4. Медицинским работником школы по результатам исследований составляются списки учеников со зрением ниже 1,0 и передаются окулисту в поликлиники по месту жительства, согласовав сроки явки учеников для углубленного осмотра.

5. Медицинским работником школы совместно с классными руководителями проводятся классные часы и родительские собрания с оглашением результатов проверок, ознакомлением с необходимой медицинской информацией, и доведением до сведения родителей сроков явки к окулисту.

2. Методы профилактики близорукости и другой зрительной патологии у детей и подростков в медицинских организациях

6. Методика по проведению упражнений с линзами.

Предварительно при чтении текста какой-либо книги на расстоянии 33 сантиметра (далее - см), по обычным правилам определяют положительную и отрицательную части относительной аккомодации. От величины максимальной плюсовой и максимальной минусовой линзы, с которой еще возможно чтение, отнимают 0.5-1.0 диоптрий (далее - дптр). Полученные величины характеризуют субмаксимальную нагрузку для цилиарной мышцы.

После коррекции миопии соответствующими линзами начинают чтение с минусовой линзой 0.5 дптр. Силу линз постепенно ступенчато увеличивают на 0.5-1.0 дптр и доводят до субмаксимальной величины положительной части относительной аккомодации. Чтение с каждой носовой линзой продолжается 3-5 минут (далее - мин). Затем силу последней минусовой линзы уменьшают на 1.0 дптр, оставляя каждую из таких линз примерно на 1 мин, после чего переходят к приставлению плюсовых линз. Силу их постепенно увеличивают до субмаксимальной величины отрицательной части относительной аккомодации. Чтение с каждой новой линзой продолжается 3 мин.

Курс тренировок состоит из 15-20 сеансов упражнений. В первые 3 дня указанную процедуру в течение ежедневного сеанса проводят один раз, а в остальные дни 2 раза. Объем относительной аккомодации для уточнения субмаксимальных нагрузок определяют каждые 3 дня.

Для проведения тренировочных упражнений необходимо иметь следующее оборудование:

- 1) столы письменные;
- 2) подставки для книг;
- 3) песочные часы (3-5 минутные);
- 4) настольные лампы;
- 5) наборы тренировочных очков.

Один комплект тренировочных очков включает 7 оправ с минусовыми линзами (0.5; 1.0; 2.0; 3.0; 4.0; 5.0; 6.0 диоптрий) и 5 оправ с плюсовыми линзами (1.0; 2.0; 3.0; 4.0; 5.0 диоптрий) с межзрачковым расстоянием 60 миллиметров (далее - мм), 62 мм, 64 мм.

7. Методика по проведению упражнений по дивергентной дезаккомодации с микрозатуманиванием.

Тренировочные упражнения проводят на расстоянии 5 метров (далее - м) от таблицы для определения остроты зрения. Определяют остроту зрения и степень миопии субъективным методом. Перед каждым глазом (без коррекции минусовыми стеклами) ставят призмы основанием к носу по 0,5 призмных диоптрий, вследствие чего возникает дивергентная дезаккомодация. Через несколько минут острота зрения повышается, после достижения максимальной остроты зрения, силу линз увеличивают до 2-3 призмных диоптрий, но не более 4-5 призмных диоптрий на каждый глаз, также до достижения максимального повышения остроты зрения. После к полученной призматической коррекции добавляют сферические линзы + 0,25 диоптрий и ожидают, когда зрение восстановится. Затем добавляют еще по + 0,25 диоптрий до тех пор, пока острота зрения каждого глаза после такого нарастающего микрозатуманивания не будет восстановлена до 1,0.

Для проведения тренировочных упражнений необходимо иметь следующее оборудование:

- 1) большой или средний набор пробных линз;
- 2) пробная оправа;
- 3) таблица для определения остроты зрения вдаль.

8. Методика по проведению упражнения "объект на оконном стекле - дальний объект".

Тренирующийся, в назначенных очках для дали, встает у окна на расстоянии 30-35 см от оконного стекла. На оконном стекле, на уровне глаз прикрепляют

круглую метку диаметром 3-5 мм. Вдали на уровне взора, проходящего через эту метку, пациент намечает какой-либо предмет для фиксации (дальний объект) и затем поочередно переводит взгляд то на метку на стекле, то на этот предмет. Упражнения проводят 2 раза в день в течение 15-20 дней. Первые два дня продолжительность упражнений 3 мин, в последующие 2 дня - 5 мин, в остальные дни - 7 мин. При отсутствии стойкой нормализации аккомодационной способности такие упражнения повторяют систематически с перерывами в 10-15 дней.

9. Методика по проведению упражнения "домашний аккомодотренер".

Для проведения упражнений на домашнем аккомодотренере необходимо изготовить простой прибор, представляющий собой кусок плотного картона или фанеры в форме ракетки размером 20x10 см. В нижней части ракетки, над рукояткой, имеется горизонтальная щель, в которую вставляется линейка, длиной 50-60 см. Вертикально расположенная ракетка должна свободно перемещаться по линейке. На передней поверхности ракетки нанесена буква "с" величиной примерно 2 мм. Тренирующийся надевает очки, полностью исправляющие аметропию с добавлением линз +3,0 диоптрий, приставляет линейку к нижнему краю орбиты одного из глаз (второй глаз прикрыт) и затем медленно перемещает ракетку в направлении к глазу до тех пор, пока буква "с" не станет расплывчатой и похожей на букву "о". После этого он медленно отодвигает ракетку от глаза. Буква "с" вначале ясно видна, а затем становится расплывчатой. Как только это произойдет, ракетку вновь приближают к глазу, затем отодвигают. Упражнения проводят впервые три дня в течение 5 мин., далее - 10 мин., для каждого глаза. Число сеансов за один курс 25-30 упражнений. Если аккомодационная способность не нормализуется, то через 15-30 дней курс упражнений повторяют.

С целью одновременной тренировки аккомодации и конвергенции можно проводить упражнение при двух открытых глазах, приставляя линейку к переносице. При этом тренируется не только аккомодацию, но и конвергенцию, а также уменьшает время проведения тренировки в два раза.

3. Методы профилактики близорукости и другой зрительной патологии у детей и подростков в организациях начального, основного среднего и общего среднего образования

10. Методика по проведению компьютерной тренировки зрения в организованном коллективе.

Тренировки осуществляются на персональных компьютерах, находящихся в классе информатики при помощи специальных компьютерных программ. Для

проведения тренировки школьник садится перед экраном дисплея на расстоянии 1 метр. Тренировки проводятся в течение 2-5 минут ежедневно 2 раза в день, продолжительность курса лечения 10 дней. Лечение проводится для первой смены после второго урока на большой перемене и в конце учебного дня после второго урока на большой перемене, второе занятие проводится после пятого урока. Тренировки проводятся под руководством преподавателя информатики одновременно на всех компьютерах. Наблюдение офтальмолога проводится 2 раза: до начала лечения и после.

11. Методика по проведению физических упражнений на уроках в школе для предупреждения зрительного утомления и близорукости.

Упражнения рекомендуется проводить в течение 2-3 минут в середине каждого урока.

1) Для учащихся 1-3 классов:

исходное положение (далее - и.п.) - сидя, откинувшись на спинку парты. Глубокий вдох. Наклонившись вперед, к крышке парты, выдох. Повторить 5-6 раз;

и.п. - сидя, откинувшись на спинку парты, прикрыть веки, крепко зажмурить глаза, открыть веки. Повторить 4 раза;

и.п. - сидя, руки на пояс. Повернуть голову вправо, посмотреть на локоть правой руки, повернуть голову влево, посмотреть на локоть левой руки, вернуться в исходное положение. Повторить 4-5 раз;

и.п. - сидя, смотреть прямо перед собой на классную доску две-три секунды, поставить палец руки по средней линии лица на расстоянии 15-20 см от глаз, перевести взор на конец пальца и смотреть на него 3-5 секунд (далее - сек.), опустить руку. Повторить 5-6 раз;

и.п. - сидя, руки вперед, посмотреть на кончики пальцев, поднять руки вверх (вдох), следить глазами за руками, не поднимая головы, руки опустить (выдох). Повторить 4-5 раз.

2) Для учащихся 4-10 классов:

и.п. - сидя, откинувшись на спинку парты. Глубокий вдох. Наклонившись вперед, к крышке парты выдох. Повторить 5-6 раз;

и.п. - сидя, откинувшись на спинку парты, прикрыть веки, крепко зажмурить глаза, открыть веки. Повторить 5-6 раз;

и.п. - сидя, руки на пояс. Повернуть голову направо. Посмотреть на локоть правой руки, повернуть голову влево, посмотреть на локоть левой руки, вернуться в исходное положение. Повторить 5-6 раз;

и.п. - сидя. Поднять глаза кверху, сделать ими круговые движения по часовой стрелке, затем сделать ими круговые движения против часовой стрелки. Повторить 5-6 раз;

и.п. - сидя, руки вперед, посмотреть на кончики пальцев, поднять руки вверх (вдох), следить глазами за руками, не поднимая головы, руки опустить (выдох). Повторить 4-5 раз;

и.п. - сидя. Смотреть прямо перед собой на классную доску 2-3 сек, перевести взор на кончик носа на 3-5 сек. Повторить 6-8 раз;

и.п. - сидя, закрыть веки. В течение 30 сек массировать их кончиками указательных пальцев;

12. Методика по проведению упражнения для самостоятельной физкультурной паузы.

Частые моргания в течение 10 секунд.

Закрывать глаза крепко зажмуриться на 1-2 секунды, затем открыть глаза. Повторить 8-10 секунд.

Голову держать прямо. Переводить взгляд вверх-вниз, после чего направо-налево, затем перевести взгляд вверх - направо и вниз - налево. Повторить по 6-8 раз в каждом направлении.

Круговые движения глазами в одну и другую сторону. Повторить по 10 раз в каждую сторону.

Указательный палец правой руки держать перед носом на расстоянии 25-30 см. Левый глаз закрыть, смотреть правым глазом на палец, затем перевести взгляд на дальний предмет (смотреть в окно) и обратно, сделать то же левым глазом. Повторить 6-8 раз каждым глазом.