

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования "Красноярский государственный медицинский  
университет имени профессора В.Ф.Войно-Ясенецкого" Министерства  
здравоохранения Российской Федерации**

**Кафедра офтальмологии с курсом ПО им. проф. М.А.Дмитриева**

Зав. кафедрой: д.м.н., доцент Козина Е.В.

## **Реферат**

На тему: «Спазм аккомодации»

Выполнила: клинический ординатор

Левицкая А.Д.

Проверила: д.м.н., доцент Козина Е.В.

**Красноярск**

**2019г.**

## Содержание

1. Определение.....	3
2. Этиология.....	3
3. Механизм возникновения .....	3
4. Жалобы.....	3
5. Диагностика.....	3
6. Лечение.....	3
7. Список литературы.....	5

**Спазм аккомодации** (ложная близорукость) — это нарушение работы глазной (цилиарной) мышцы, и вследствие этого способности глаза поддерживать четкое видение предметов, находящихся на разных удаленностях от глаз.

По некоторым данным, каждый шестой школьник страдает подобным нарушением.

### **Этиология**

Развитию спазма аккомодации способствуют:

- несоответствие мебели в школе и доме росту ребёнка;
- плохое освещение рабочего места;
- слабость шейных и спинных мышц;
- отсутствие правильного распорядка дня;
- поздний отход ко сну;
- нерациональное по времени и качеству питание;
- недостаточное пребывание на свежем воздухе;
- пренебрежение занятием утренней зарядкой, физкультурой и спортом;
- частые и длительные просмотры телепередач;
- общее ослабление здоровья.

### **Механизм возникновения**

Напряженная зрительная работа на близком расстоянии (чтение, работа на компьютере) приводит к спазму аккомодации. При этом упорное сокращение цилиарной мышцы не проходит даже тогда, когда глаз не нуждается в таком сокращении. Всё это ведёт к стойкому усилению преломляющей способности глаза, а поэтому может расцениваться как близорукость (ложная близорукость).

### **Жалобы**

Нечеткое зрение, колебание остроты зрения вдаль на обоих глазах, головная боль, напряжение глаз при чтении.

### **Диагностика**

Полный осмотр

Рефрактометрия (манифестная и на фоне циклоплегии) — выявляется меньшая степень миопии или большая степень гиперметропии.

### **Лечение**

-глазные капли;

-физиотерапия;

-гимнастика для глаз

При ложной близорукости офтальмолог назначает препараты, помогающие расслабить цилиарную мышцу глаза. Зачастую назначаются такие лекарства, как «Атропин», «Тропикамид», «Цикломед», «Мидриацил». Лечение каплями спазма аккомодации проводится курсами, длительность которых зависит от тяжести недуга. Обычно курс длится 1-4 недели.

При ложной близорукости назначаются следующие процедуры:

- лазеротерапия;
- магнитотерапия;
- электрофорез;
- иглокалывание;
- электростимуляция.

При спазме аккомодации глазные упражнения помогают снять напряжение с цилиарной мышцы и восстановить зрительные функции. Если делать зарядку для глаз ежедневно, ложной близорукости можно избежать. Гимнастика будет эффективной только при ее правильном и систематическом выполнении. Необходимо делать ее каждый день по 10-15 минут, соблюдая определенные правила. Врачи рекомендуют следующий комплекс упражнений для глаз:

- Нарисуйте маркером на оконном стекле черный круг диаметром 2 см. Смотреть на черную точку нужно с дистанции 30 см. Через минуту посмотрите на какой-нибудь объект за окном, а затем снова на точку. Повторите этот алгоритм 10 раз.
- Сядьте на стул, выпрямите спину и сделайте легкий массаж глаз кончиками пальцев. Необходимо немного надавить на глазные яблоки, после чего полностью расслабиться.
- Зажмурьтесь на 5 секунд и широко раскройте глаза. Повторите это задание 10 раз.
- Плавно переводите взгляд влево и вправо, вверх и вниз. После этого выполните круговые движения глазами по часовой стрелке и против.
- Поморгайте в ускоренном темпе 30 секунд. Это поможет снять напряжение с глаз.
- Вытяните руки вперед и сфокусируйтесь на кончике указательного пальца вытянутой перед лицом руки. Медленно приблизьте руку к лицу и коснитесь указательным пальцем носа, не сводя взгляда с пальца. После этого отведите руку назад. Повторите упражнение 6-7 раз.
- Круговыми движениями сделайте массаж глаз кончиками пальцев.

## Список литературы

1. <https://medportal.ru/enc/pediatrics/eays/13/>
2. <https://www.ochkov.net/informaciya/stati/spazm-akkomodacii-lechenie.htm>
3. «Руководство по офтальмологии» Джастис П. Элерс