

Sử dụng kính cận thế nào cho tốt?

Viết bởi Biên tập viên

Thứ 6, 13 Tháng 6 2012 14:20 - Lần cập nhật cuối Thứ 6, 13 Tháng 6 2012 14:23

Đeo kính cận là để nhìn xa, vì vậy chỉ đeo khi đi đường, nhìn bên ngoài... Còn khi nhìn gần như đọc sách hoặc viết, cận bỏ kính hoặc đeo số kính như hần số kính nhìn xa từ -2,00 đến -3,00D.

Cận thế là mắt tật khúc xạ do trục nhãn cầu quá dài (cận thế trục), do giác mạc quá cong, hoặc do trục khúc xạ của thủy tinh thể quá cao (cận thế trục khúc xạ). Bệnh còn có thể là toàn bộ nhãn cầu, gây tăng nhãn áp cũng như màng bồ đào cũng như võng mạc, gọi là bệnh cận thế hay cận thế bệnh lý.

Đeo kính cho cận thế, bệnh nhân phải đeo kính cận. Đó là loại kính hai mắt lõm, hay còn gọi là kính phân kỳ, có tính chất hội tụ ánh sáng ra xa. Người ta đeo kính sao cho ánh sáng rơi đúng trên võng mạc là số kính đúng.

Nguyên tắc chọn kính cận là số kính cận như nhất cho ta thấy rõ nhất. Ví dụ: khi thử các số kính -1,00D, -1,5D, -2,00D, -2,50D, -3,00D mà nhìn được 10/10, thì cận chọn số kính -1,00D là phải.

Lưu ý: chỉ đeo kính khi cận nhìn xa, không đeo khi đọc sách, viết, hoặc đeo số kính như hần số kính nhìn xa từ -2,00D đến -3,00D. Nếu không, người bệnh sẽ bị cận tiến triển thành mắt viễn thị. Lúc đó, bệnh nhân sau võng mạc, muốn nhìn rõ phải đeo kính "lồi" như vẽ trên võng mạc. Quá trình đeo kính liên tục sẽ khiến cho bệnh nhân mất mát, nhức đầu và tăng nhanh số kính cận.

Theo TS **Võ Văn Phi**, Bệnh viện Mắt Trung ương