

## الأطفال أكثر تأثراً بـ«جفاف العيون» في الشتاء





## «القاهرة:» الخليج

تتسبب أجواء الشتاء، والتعرض لبعض التيارات الهوائية الباردة، في حدوث بعض المشكلات بالعينين، خصوصاً الجفاف.

ويعد الأطفال الأكثر تأثراً، بهذه المشكلة، وهو ما تحذر منه الهيئة العامة للرعاية الصحية في مصر، وتدعو إلى الاهتمام بسلامة عيون الأطفال في فصل الشتاء، حيث تزداد احتمالية الإصابة بجفاف العيون.

ويرجع سبب الإصابة بجفاف العين، بحسب الهيئة العامة للرعاية الصحية في مصر، إلى برودة الجو، وحدوث التيارات الهوائية، مما يتسبب في التأثير في العينين، وظهور بعض الأعراض نتيجة حدوث الجفاف.

وتشمل هذه الأعراض الشعور بحرقه متكررة، وحكة مع رغبة متكررة في دحك العين، وعدم وضوح الرؤية، أو حدوث رؤية مشوشة، إلى جانب الشعور بثقل في العين بشكل دائم تقريباً.

وقد تتطور الأعراض إلى حدوث احمرار في العينين، مع الشعور بإرهاق متكرر في العينين، وعدم القدرة على التركيز البصري، وكذلك عدم القدرة على التركيز في الضوء.

ويبدأ التعامل الصحيح مع هذه الأعراض بالتوجه إلى الطبيب المختص، وعدم الإهمال حرصاً على سلامة العينين، وبشكل خاص إذا كانت المشكلة تتعلق بالأطفال، لأنهم لا يجيدون التعبير عن مشكلاتهم الصحية، وهنا تأتي مسؤولية الأبوين.

وينصح الأطباء بإجراءات للتعامل مع جفاف العينين، منها استعمال قطرة لترطيب، مع راحة من التعامل مع الأجهزة الإلكترونية، وخاصة الهواتف المحمولة والتلفزيون والكمبيوتر، وعدم التعرض المباشر للهواء البارد، ويفضل عدم

استخدام العدسات اللاصقة، والحرص على الإكثار من شرب الماء، وتناول الأطعمة الغنية بالفيتامينات، والحصول على فترة كافية من النوم.

"حقوق النشر محفوظة لصحيفة الخليج. © 2024"