

SOSに気づくのは親の役割! 子どもの視機能の発達を 意識しよう

ドクターズコンテンツシリーズ #58

はじめに

物を見るだけでなく、脳への刺激とも関係が深い子どもの視機能。

そこで、視機能異常の早期発見・早期治療の重要性、通過ポイントとなる「3歳児検診」や「6歳児就学時前検診」の大切さについて詳しくお伝えします。

子どもの視力の発達

人の視機能は、新生児の時からいきなり物が見えるのではなく、段階を踏んで発達していきます。

視機能が正常であるとは、このような単に物が見えていくという発達だけでなく、**見える視覚刺激が脳へ伝わり、神経回路も発達していくこと（感受性期）を含めてのことをいいます。**

感受性期は1歳半頃をピークとして下降しはじめ、遅くとも8歳頃にはなくなります。この期間に物が見えずに多くの刺激を受けられなかったとすれば、視覚への影響だけでなく、心身へも影響する可能性が大きくなります。

3歳頃の視力は1.0が目安です。もし、1.0未満であれば視機能発達に疑問を持ちましょう。早いうちから視機能発達の経過に注意していくことが重要です。

2歳まではNG!乳幼児からのスマホやゲーム機は要注意

日本小児科医学会でも、視機能が未発達な2歳以下の子どもに与えるメディア全般の大きな影響を取り上げています。

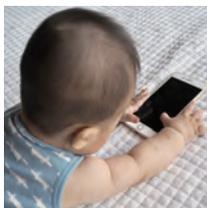
このことから**スマホやゲーム機に限らず、メディア全般の使用を2歳まではNG**とし、しっかりと視機能を育てることに注力しましょう。



Doctor

さわやか内科・小児科

しらいし ゆり
白石 由里 先生



目の発達には立体や光の凹凸を認識することが大切

スマホやゲーム機などに頼るのではなく、親が絵本を読んだり、歌を歌ったり、おもちゃで遊んだりなどのスキンシップをとることで、お子さんの心身発達に良い影響を与えてください。

また、目の発達には、立体や光の凹凸を認識することが大切ですので、液晶などの平面ではなく、ブロックや人形遊びなど部屋の中でも工夫してできることをやってみてください。

早期発見したい!視機能異常

子どもの視機能の発達段階で、近視、乱視、遠視、色覚異常、斜視などがあった場合、弱視となることがあります。弱視の状態では3歳から遅くとも6歳までに気づかなければ、治療の効果が出にくい状態になってしまったり、メガネやコンタクトレンズを使用しても視力が回復しない状態になってしまったりすることがあります。

3歳児健診が早期発見のチャンス

3歳という年齢は、できるだけ早く治療を開始すれば回復に向かえる年齢です。3歳を越えると一度下がった視力の回復をはじめ、視機能が回復する可能性は残念ながら低くなっていきます。

お子さんの視機能異常の早期発見のために、乳幼児健診最後の3歳児検診は最大のチャンスとなります。

子どものための視覚スクリーニング検査

子どもに行う検査方法のひとつとして「視覚スクリーニング検査」というものがあります。

たった1~2分で済む検査です。この短い時間で近視、遠視、乱視、斜視、不同視、瞳孔不同などの異常を見つけることが可能な、測定器を使う検査になります。

お母さんに抱っこされたまま、測定器の特定部分を見つめるだけです。これなら、子どもも検査と自覚しないうちに終わってしまうでしょう。



子どもにこんな動作や症状がありませんか?

<1歳半~2歳くらいの場合>

- いつもまぶしがる
- テレビに近づいて見る
- 目を細めて見る

<幼児以上の場合>

- ノートに近づいて書く
- 黒板の写しが苦手
- ボール運動のキャッチが苦手 など

何かおかしいと気がついた時は、視機能の検診に行くことをおすすめします。

この他にも...

ドクターからの健康アドバイス「ドクターズコンテンツ」
サイトでは様々な症例をご紹介します。

- 今後の日常生活に影響大!「正しく見える力」
- 特に注意! 3歳児検診から6歳就学前検診の間など掲載中!

アイチケット広場



<https://park.paa.jp/>