**BÀI 50: VỆ SINH MẮT**

1. **MỤC TIÊU:**

* Trình bày được các nguyên nhân của tật cận thị, viễn thị và cách khắc phục.
* Nêu được nguên nhân của bệnh mắt hột, con đường lây truyền và cách phòng tránh.
* Tự giác giữ gìn vệ sinh mắt.
* Vận dụng kiến thức vào thực tiễn cuộc sống.
* Có ý thức tự giác trong việc giữ gìn vệ sinh, phòng tránh bệnh về mắt.

1. **HƯỚNG DẪN NGHIÊN CỨU BÀI:**
2. **CÁC TẬT CỦA MẮT:**

* Nghiên cứu thông tin SGK trả lời câu hỏi: Thế nào là tật cận thị, viễn thị?
* Quan sát hình 50.1, 50.2 50.3, 50.4 và nghiên cứu thông tin SGK hoàn thành bảng 50 SGK tr 160.
* Do những nguyên nhân nào hs cận thị nhiều?
* Nêu các biện pháp hạn chế tỉ lệ hs cận thị.

1. **BỆNH VỀ MẮT:**

* Hs nghiên cứu thông tin SGK hoàn thành bảng bệnh đau mắt hột

|  |  |
| --- | --- |
| Nguyên nhân |  |
| Triệu chứng |  |
| Đường lây |  |
| Hậu quả |  |
| Cách phòng tránh |  |

* Ngoài bệnh đau mắt hột còn có những bệnh gì về mắt ?
* Nêu các cách phòng tránh bệnh về mắt ?

1. **TRỌNG TÂM KIẾN THỨC :**
2. **CÁC TẬT CỦA MẮT :**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Các tật của mắt | Nguyên nhân | Cách khắc phục |
| Cận thị là tật mà mắt chỉ có khả năng nhìn gần | Bẩm sinh do cầu mắt quá dài.  Thể thủy tinh quá phồng do giữ không đúng khoảng cách trong vệ sinh học đường. | Deo kính lõm, kính phân kỳ |
| Viễn thị là tật mà mắt chỉ có khả năng nhìn xa | Bẩm sinh do cầu mắt quá ngắn.  Người già thể thủy tinh bị lão hóa không phồng lên được | Deo kính lồi, kính hội tụ |

1. **BỆNH VỀ MẮT :**

* Bệnh đau mắt hột : do virut gây nên, mặt trong mí mắt có nhiều hột nổi cộm lên khi hột vỡ làm thành sẹo kéo lớp trong mi mắt làm lông mi quặp vào trong cọ xát, làm đục màng giác dẫn tới mù lòa.
* Đau mắt đỏ : do bị viêm kết mạc làm thành màng mộng.
* Cách phòng tránh : giữ vệ sinh khi đọc sách để tránh bị cận thị, rửa mắt thường xuyên bằng nước muối loãng, không dùng chung khăn để tránh các bệnh về mắt.