Tiết 50

Bài VỆ SINH MẮT

I/ 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: cầu mắt dài  Do không giuex đúng khoảng cách khi đọc sách-> thể thủy tinh quá phồng | Đeo kính mặt lõm( kính cận) |
| Viễn thị là tật mắt chỉ có khả năng nhìn xa | Bẩm sinh: cầu mắt ngắn  Do thể thủy tinh bị lão hóa-> không phồng lên được | Đeo kính mặt lồi( kính viễn) |

II/ Các bệnh về mắt

1/ Bệnh đau mắt hột:

|  |  |
| --- | --- |
| Nguyên nhân | Do vi rút |
| Đường lây | Dùng chung khăn, chậu với người bệnh |
| Triệu chứng | Mặt trong mí mắt có nhiều hột nổi cộm lên |
| Hậu quả | Khi hột vỡ ra làm thành sẹo-> lông quậm-> đục màng giác->mù lòa |
| Cách phòng tránh | Giữ vệ sinh mắt, dung thuocs theo hướng dẫn của bác sĩ |

2) Một số bệnh về mắt:

- Đau mắt đỏ, viêm kết mạc…

- Cách phòng tránh:

+ Giữ mắt sạch sẽ

+Ăn uống đủ vitamin

+Khi ra đường đeo kính

+Rửa mặt bằng nước muối pha loãng.

Hết