

Desatero

proti tupozrakosti

1. **P** řesvědčte se, zda má dítě správné a čisté (!) brýle a zda jste zakryli správné (lépe vidoucí) oko
2. **L** éčba tupozrakosti (amblyopie) je přímo závislá na pravidelnosti cvičení a dodržování okluze.
3. **E** normní zátěží pro dítě s těžkou tupozrakostí jsou první dny po zakrytí lépe vidoucího oka, a proto dbejte na bezpečnost dítěte. Dítě tupozrakým okem hůře vidí, proto hrozí riziko úrazu!
4. **O** pravdu dítěti **okluzor správně doléhá**, netlačí, neposunuje se, nepadá..? Zkontrolujte!
5. **P** octivácelodenní okluze = velký předpoklad pro zlepšení.
6. **T** aké dobré **osvětlení** je při cvičení velmi důležité.
7. **I** vzdálenost oka od pracovního stolu cca 30 – 40 cm je pro cvičení důležitá – přísně dodržovat!
8. **K** aždé cvičení je nutné správně **motivovat!**
9. **A** ni taková slova jako „musíš!“, „nesmíš!“, „dělej!“ při cvičení nepomohou. **Trpělivost je na místě.**
10. **!** Dodržujte kontroly u lékaře!