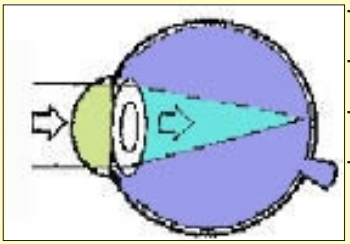
चश्मे के नंबरकी खामी

चश्मे के नंबर किसे कहते है?



प्रकाश की दुर की किरणे आँख के परदे के आगे और पीछे के भाग में केन्द्रित हो तो उसे नंबर की कमी कहते है। वह अधिकतर बच्चो की आँख की लंबाई पर निर्भर होती है।

बाल अंधापन के विषय में थोडी जानकारी :

- दुनिया में हर एक मिनिट पर एक बच्चा अंध बनता है।
- बाल अंधापे के लिए चश्मे के नंबर सबसे बडी समस्या है।
- देश के कुल अंधापे में से 20% अंधापन बच्चों में पाया जाता है।
- बाल अंधापे के लिए जिम्मेवार चश्मे के नंबर को योग्य ईलाज से रोका जा सकता है।

बच्चों की द्रष्टि की खामी में 30% योगदान चश्में के नंबर का होता है।

बच्चे को चश्मे के नंबर हो तो नियमित रुप चश्मे पहनने से बच्चा सामान्य द्रष्टि प्राप्त कर सकता है।

बच्चों की आँखो में चश्मे के नंबर के लक्षण :

- बच्चा कक्षा में काले बोर्ड के नजदीक बैठता है।
- बच्चा पढते समय पुस्तक आँखो के एकदम नजदीक रखे।
- बच्चा बारबार आँखे मसले।
- पढते-पढते रोज-बरोज सिर दर्द की शिकायत करे।
- टेढा-मेढा और अस्पष्ट लिखे।
- बच्चा देखते समय सिर को इधर उधर हिलाए और आँखे मसले।
- अलग-अलग रंग पहचानने में तकलीफ महसूस करे।
- किसी वस्तु को एक आँख से देखने की कोशिश करे।

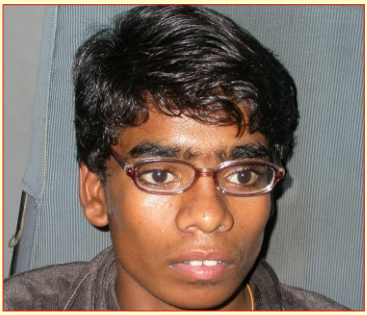
चश्मे के नंबर का ईलाज :

- द्रष्टि नेत्रालय में द्रष्टि की खामी वाले बच्चो के चश्मे के नंबर का ईलाज मुफ्त किया जाता है।
- यह योजना में गाँव की प्रत्येक स्कूल में बच्चो की आँखो का ईलाज करने के लिए प्रशिक्षण प्राप्त किये हुए शिक्षको से बच्चो की आँखो का ईलाज कराया जाता है।
- द्रष्टि नेत्रालय द्वारा बच्चों को योग्य नंबर के चश्मे राहत दर पर दिलाए जाते है।

चश्में के नंबर के लिए आँखो की देखभाल रखने योग्य बाते :

- द्रष्टि की कमी से आनेवाले अंधकार को रोकने के लिए यदि आँख के चश्मे के नंबर हो तो उसे नियमित रुप से पहेनना चाहिए।
- बच्चे को पूरी रोशनी में पढना चाहिए।
- सीधे बैठ के पढना, लेटे-लेटे पढना नही चाहिए।
- बच्चो को लगातार किताब पढना नहीं चाहिए। हर आंधे धंटे में आंखो को आराम देना चाहिए।
- किताब आँखो से एक फुट दूर रखकर ही पढना चाहिए।
- रोशनी दोनों तरफ से आए इस तरह पढना चाहिए ।
- टी.वी. देखने के लिए कम से कम टी.वी.से१० फुट दूर बैठना चाहिए।
- चालू बस या ट्रेन में पढना नहीं चाहिए।
- हर दिन चश्मे साफ करना और मुलायम कपडे से साफ करके ही पहनना चाहिए।
- चश्मे के नंबर कम करने के लिए कोई भी दवाई, मलम का उपयोग करने से आँखो को नुकशान होने की संभावना है।
- बच्चो की आँखो का कुछ समय पे आँखो के डॉक्टर के पास ईलाज करवाना चाहिए।

बच्चा नियमित रुप में चश्में पहेनकर आँख में होनेवाले अंधेपन को दूर कर सकता है।



पांच साल या पांच साल के पहले बच्चे की आँखो की जांच एकबार जरुर हो जानी चाहिए।

द्रष्टि नेत्रालय

द्रष्टि नेत्रालय दाहोद में कार्यरत एक स्वैच्छिक संस्था है। जिसमें बच्चों के आँखो के ईलाज के लिए प्रशिक्षित डॉक्टर की टीम है। बच्चो मे होनेवाले आँखो के रोगों के ईलाज के लिए विशिष्ट प्रकार के साधन द्रष्टि नेत्रालय में उपलब्ध है जिसमें बच्चों की आँखो का सही ईलाज हो सकता है। ORBIS International बच्चों की आँखो का खयाल रखनेवाली आंतरराष्ट्रीय संस्था है जिनकी सहायता से यह कार्यक्रम चलाया जा रहा है।

DRASHTI NETRALAYA

द्रष्टि नेत्रालय, चाक्लीया रोड, दाहोद
फोन नं. 02673-221594

ORBIS saving sight worldwide