Fomu ya uchunguzi: Afya ya macho na uoni

TAP

1. Taarifa za Mteja

Jina:				Ubini:	
Jinsia:	Mme ☐ Mke ☐ Nyingine ☐			Umri:	0-5 ☐ 6-18 ☐ 19-39 ☐ 40-54 ☐ 55+ ☐
Simu:		Anwani:			

2. Kipimo rahisi cha Afya ya Macho

Kwa kutumia tochi angalia kwa makini kila jicho		
Je, macho yote yako kawaida (ni yenye afya)?	Ndio ☐ Hapana ☐ ☞ Toa rufaa kwenda kwa mtaalam wa tiba ya macho	
Uliza maswali yafuatayo		
Je una ugonjwa wa Kisukari?	Ndio ☐ Hapana ☐	**Kama jibu ni Ndio** kati ya hayo maswali, ☞ Toa rufaa kwenda kwa mtaalam wa tiba ya macho
Je, una maumivu ya jicho au hali ya kutukujisikia vizuri	Ndio ☐ Hapana ☐	

3. Kufanya kipimo rahisi cha Uoni

Angalia kama mteja anavaa miwani uliyoshauriwa na daktari wa macho/ mtaalam aliyepata mafunzo anayetoa miwani.	
Je,unavaa miwani uliyoshauriwa na daktari?	Ndio ☐ Hapana ☐
Kama Ndio Je, hii miwani ni ya:	Kuona mbali ☐ → Vaa miwani kwa ajili ya kipimo cha Uoni wa mbali Kuona karibu ☐ → Vaa miwani kwa ajili ya kipimo cha Uoni wa karibu Sina Uhakika ☐ → Usivae miwani wakati wa ufanyaji kipimo

Fanya kipimo rahisi cha Uoni wa mbali

Umbali: 3m
Maelekezo: Pima jicho moja baada ya jingine, kwa kuanza na herufi "E" kubwa

*Weka alama kwenye **herufi "E" ndogo kuliko zote a**mbayo mteja anaweza kuona kwa kuanza na jicho la kulia halafu la kushoto*

E ndogo	L ☐	R ☐	→ Uoni wa mbali uko kawaida
E ya saizi ya kati	L ☐	R ☐	→ Huyu mteja anaweza kuhitaji miwani ya kusomea ☞ Toa rufaa kwa mteja kwenda kwa mtaalam wa tiba ya macho
E kubwa	L ☐	R ☐	
Hawezi kuona E kubwa	L ☐	R ☐	→ Huyu mteja anaweza kufaidika kutokana na Uoni hafifu AP ☞ Toa rufaa kwenda kwa mtaalam wa tiba ya macho → Tathmini ya Uoni hafifu AP baada ya mtaalm wa tiba ya macho kufanya tathmini.

Fanya kipimo rahisi cha Uoni wa karibu

Umbali: sm 40 (au hadi kwenye umbali ambao anaanza kutokuona vizuri mtu mwingine) **Maelezo:** Pima macho yote kwa wakati mmoja (macho yote mawili yawe wazi).	Anaweza kuona herufi E ☐	Vitu vya karibu vinaonekana kama kawaida
	Hawezi kuona herufi E ☐	Kama mtu **ana umri zaidi ya miaka 40 na anaweza kuona mbali vizuri** → Fanya tathmini ya kupata miwani ya kusomea
		Kama mtu ana umri **pungufu ya miaka 35** ☞ Toa rufaa aende kwenye uchunguzi wa macho

4. Jadili na kubaliana mteja kwenye hatua za kuchukua

Toa rufaa:	Kwenda kumuona daktari ☐	**Fanya uchunguzi:**	Miwani ya kusomea ☐
	Kwenda kumuona mtaalam wa Afya ☐		Uoni hafifu wa AP (baada ya tathmini ya mtaalum wa Afya) ☐
	Nyingine: ✎	Hakuna hatua ya kuchukuliwa ☐	

☞ Ushauri wa kupewa Rufaa ✎ Andika maelezo hapa

Taarifa zaidi: Uchunguzi wa Afya ya macho na uoni

Namna ya kufanya kipimo rahisi cha Uoni wa mbali	
	• Kupima Umbali: mita 3 • Kupima jicho moja baada ya jingine, kufunika jicho moja kwa kiganja cha mkono. • Pima jicho la upande wa kulia kabla ya kupima jicho la upande wa kushoto • Anza kwa herufi E kubwa, endelea kwa kupima kwa kila mstari • Mteja “atafaulu” iwapo ataweza kuona vizuri herufi “E” vizuri • Rekodi mstari mdogo kabisa wa herufi E ambao mteja ataweza kuona kwa kila jicho
Namna ya kufanya kipimo rahisi cha Uoni wa karibu	
	• Umbali wa kupima: sentimeta 40 au katika umbali ambao mtu anaweza kuona kitu kwa urahisi. • Pima macho mawili kwa wakati mmoja (akiwa amefumbua macho yote) • Muombe mteja kushika chati ya E mbele yake. Kama hawezi kuishika vizuri, unaweza kuishika kwa ajili yake • Mpime mteja kama anaweza kuona herufi kwenye mstari wa E tano zilizoko chini kwenye chati. • Mteja “atafaulu” iwapo anaweza uona vizuri walau herufi nne kati ya herufi tano kwenye Uoni wa karibu wa herufi “E” • .Rekodi kama mteja anaweza au hawezi kuona herufi nne kati ya tano za Uoni wa karibu wa herufi E

Dalili za jicho lenye matatizo	
Mambo ambayo unaweza kuona	• Wekundu au Uvimbe • uvimbe na uoto kwenye au karibu na jicho • Uchafu kutoka kwenye macho • Katikati ya jicho kuna kitu cheupe au uwingu (dalili za mtoto wa jicho) • Mboni ya jicho kutokuweza kubadilika kutokana na mwanga • Kukonyeza au Kupepesa macho haraka haraka
Mambo ambayo wateja wanaweza kusema	• Kupata maumivu ya kichwa makali kwa ghafla na kwa muda mrefu. • Macho kuwa na maumivu au kutokujisikia vizuri (kwa mfano kuwasha, kutoa machozi, kukauka)
Mambo uanayopaswa kufanya	• Toa rufaa kwenda kwa mtaalam wa Afya ya macho • Unaweza kufanya kipimo cha Uoni, na kutuma nakala ya fumu iliyojazwa kwa mtaalam wa Afya ya macho.

Dalili za jicho lenye matatizo		
Tafiti	• Je alishauriwa na daktari kutumia miwani ya macho? Kama daktari alishari kutumia miwani basi miwani ilichaguliwa au ilitengenezwa na mtu mwingine kwa ajili yake baada ya kupima na kujua Uoni wake. Kipimo kinapaswa kufanywa na mtaalam wa Afya ya macho aliyepata mafunzo. • Je, miwani ni kwa ajili ya kuona mbali, karibu au mbali na karibu?	
Je, anaweza kuvaa miwani wakati wa kufanya kipimo>	**Ndio**	• Kama **alishauriwa kutumia miwani kuona mbali**, anapaswa kuivaa kwenye kipimo rahisi cha kupima Uoni wa mbali. • Kama **alishauriwa kutumia miwani kuona karibu**, anapaswa kuovaa kwenye kipimo rahisi cha Uoni wa karibu. • Kama **alishauriwa kutumia miwani kwa ajili ya kuona mbali na karibu**, anapaswa kuivaa wakati wa kipimo cha Uoni wa karibu na mbali.
	Hapana	• .Kama hakushauriwa kutumia miwani ya macho, wala sio yake au hajui ni ya nini- hapaswi kuivaa wakati wa kipimo.