Learning on TAP

Upimaji wa uoni na usikivu kwa watoto wa umri wa shule
Jumbe Muhimu: Uoni na afya ya macho kwa watoto

Somo la kwanza: Uoni kwa vijana

Watoto wanaweza kupata matatizo mbalimbali ya uoni kwa viwango tofauti tofauti. Ili kuona vizuri, ni lazima sehemu zote za jicho ziwe na afya njema na zifanye kazi ipasavyo. Matatizo mengi ya uoni yanaweza kuzuiwa, kutibiwa, au kudhibitiwa kwa kutumia vifaa saidizi vya kuona na/au tiba ya ukarabati.

Matatizo ya uoni mara nyingi husababishwa na uwepo wa tatizo katika kuakisi mwanga. Tatizo la kuakisi mwanga linaweza kupelekea:

- Matatizo ya uoni wa mbali (myopia) (uwezo wa kuona karibu)
- Matatizo ya uoni wa karibu (hyperopia) (uwezo wa kuona mbali)
- Matatizo ya uoni wa mbali na karibu (astigmatism).

Sababu nyingine zilizozoeleka za matatizo ya kiafya ya macho ni kama vile maambukizi na mtoto wa jicho.

Somo la pili : Afya ya macho

Ili kuweza kuona vizuri, macho yote mawili yanapaswa kufanya kazi vizuri. Kama macho ya mtoto hayana afya njema, inaweza kuathiri uwezo wa macho kufanya kazi. Kuelewa muonekano wa macho yenye afya njema na kujua dalili za uwezekano wa afya ya macho ni sehemu ya upimaji wa fahamu.

Dalili za macho yenye afya njema

Sehemu ya jicho	Dalili za za kuwa na afya njema
Ukope na kope	• Kutokuwepo na tongotongo wala usaha • Kutokutokwa na uchafu wa majimaji au uchafu wa kuvutikavutika.
Sehemu nyeupe ya jicho	Sehemu nyeupe ya jicho inaonekana inaonekana ikiwa na rangi yake.
Sehemu ya jicho yenye rangi	Sehemu ya jicho yenye rangi inaonekana iko kwenye hali ya usafi (haina rangi ya maziwa/ ukungu)
Macho	Macho yote mawili yanatazama kwa kuelekea upande mmoja

Mfano wa macho yenye afya:

Matatizo ya afya ya macho yanaweza kusababishwa na:

- Ugonjwa wa kisukari
- Maambukizi ya macho
- Hatari zitokanazo na mtindo wa maisha na mazingira.

Ugonjwa wa kisukari unaweza kuathiri afya ya macho ya mtoto, kwa kusababisha upotevu wa uwezo wa kuona na upofu kabisa, kama hautashughulikiwa ipasavyo. Watoto wenye ugonjwa wa kisukari wanapswa kupimwa macho mara kwa mara na mtaalam wa afya ya macho na kupata huduma kutoka kwa daktari au kutoka kwenye kituo cha huduma cha ugonjwa wa kisukari.

Maambukizi ya macho kwa watoto ni ya kawaida na matibabu ya mapema ni muhimu ili kuepusha matatizo zaidi. Maambukizi yasipotibika yanaweza kusababisha mhusika kufanyiwa upasuaji na pia yanaweza kupelekea uharibifu wa macho wa kudumu.

Mtindo wa maisha ya mhusika pamoja na mazingira vinaweza kusababisha matatizo ya uoni na afya ya macho.

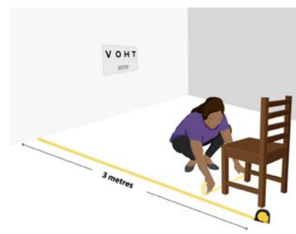
Tahadhari

Uainishaji wa matatizo ya afya ya macho ni muhimu. Kama matatizo haya hayatatibika, yanaweza kupelekea uharibifu wa kudumu wa macho. Hii inaweza kusababisha kupotea kwa uwezo wa kuona.

Somo la tatu: Maandalizi ya upimaji

Ili kuweza kuweka kufanya upimaji ni lazima kupata kibali cha Wizara na kibali hiki kinatoa utaratibu wa rufaa na michakato ya huduma ya macho na masikio inayopatikana eneo husika. Ni muhimu kupanga na kukagua nyaraka za upimaji, vifaa vitakavyotumika na kuwa na watu wengine wa ziada ili waweze kusaidia siku ya upimaji. Orodha ya vitu vinavyohitajika siku ya upimaji itakupa mwongozo wa yale yanayopaswa kufanywa.

Siku yaupimaji

Hatua	Kazi	Picha
1. Andaa eneo la upimaji	• Panga vizuri meza, viti, na chati ya uoni	
2. Andaa watoto ambao walezi/wazazi wao wameridhia wapimwe.	• Waelezee kuwa utakagua dalili za matatizo ya macho na masikio ili kuona kama wanahitaji msaada wa macho na masikio. • Waonyeshe chati za uoni kwa kutumia tochi kalamu • Wape uhakika kuwa hakutakuwepo jambo baya linaloweza kuwawadhuru	

Somo la nne: Upimaji wa uoni na afya ya macho

Fomu ya upimaji itakusaida kwenye upimaji wa fahamu kwa kila mtoto na kuweka mpango maalum.

Taarifa kuhusu mtoto

Kusanya tarifa za mtoto na nakiri kwa usahihi taarifa kutoka kwenye fomu ya ridhaa kwenda kwenye fomu ya upimaji.

Maswali kabla ya upimaji

Maswali kabla ya upimaji yatasaidia kufanya maamuzi kuhusu namna ya kufanya upimaji na rufaa za kujua maendeleo ya macho. Hii itajumuisha taarifa kuhusu:

- Miwani
- Vifaa saidizi vya kusikia
- Ugonjwa wa kisukari na afya ya macho
- Wasiwasi kuhusu uoni au kusikia

Upimaji wa uoni wa mbali

Uoni unapimwa kwa kuangalia uwezo wa mtoto kuona vitu vya mbali. Kipimo hiki kinafanyika kwa kutumia chati ya uoni. Mchakato wa upimaji wa uoni umelelezewa vizuri kwenye orodha ya vitu vya kuzingatia kwenye upimaji. Fomu ya upimaji inatumika kama mwongozo wa kufanya kupimaji wa uoni na kuweka kumbukumbu ya matokeo.

Chati za uoni

Kuna aina mbili za chati za uoni ambazo zinaweza kutumika kwenye upimaji wa uoni wa mbali. Aina ya chati itakayotumika itategemea na umri wa mtoto.

Kwa chati zote mbili; kuna mstari miwili ya herufi:

- Mstari mmoja wa herufi kubwa (6/60)
- Mstari mmoja wa herufi ndogo (6/12).

Namba zilizo karibu na kila mstari wa herufi zinaelezea ukubwa wa herufi.

	Chati ya HOTV	Chati ya E
Chati		
Umri wa mtoto	Mtoto mwenye umri wa miaka 8 au pungufu	Mtoto mwenye umri wa zaidi ya miaka 8
Namna ambavyo mtoto anapaswa kusoma chati		

Namna ya kupima uoni wa mbali

1. Kwa kutumia kalamu au kidole, onyesha kila herufi mahali iliko kwenye mstari wa juu.
2. Muombe mtoto akuonyeshe herufi kwenye kwenye kadi ya HOTV inayoendana na ile ulioonyesha au onyesha uelekeo wa ‘E” kwa kutumia chati ya E.
3. Endelea na mstari wa chini na rudia
4. Weka kumbukumbu ya matokeo kwenye fomu ya upimaji.

Matokeo	Kazi
Mtoto amesoma kwa usahihi herufi **2 au zaidi ,** herufi zilizoko kwenye mstari wa juu **na** herufi **3 au zaidi** zilizoko kwenye mstari wa chini kwa macho yote **mawili**.	**Amefaulu**

Kama kuna jibu la **Hapana** kwa jicho mojawapo	☞ **Mpe rufaa kwenda kuonana na mtaalam wa tiba ya macho**

Upimaji wa afya ya macho

Upimaji wa afya ya macho hukagua kama macho ya mtoto yanaonekana kama yana afya ya kutosha. Kama jicho linaonekana halina afya, linapaswa kuangaliwa na mtaalum wa afya ya macho. Dalili za macho kuwa na afya njema ni pamoja:

- Kutokuwepo matongotongo wala usaha kwenye ukope na kope za macho
- Hayatoi uchafu wa majimaji wala uchafu unaovutika vutika
- Sehemu nyeupe ya jicho inaonekana kuwa nyeupe kama inavyopaswa
- Sehemu yenye rangi ya jicho ni saafi (haina rangi ya maziwa wala ukungu)
- Macho yote mawili yanatazama uelekeo mmoja

Upimaji wa afya ya macho:

1. Kila wakati zingatia kuosha mikono kwa sabuni au kitakasa mikono na ikaushe **wakati na** baada ya upimaji wa afya ya macho.
2. Angalia macho kwa karibu na yamulike kwa kutumia tochi.

3. Rekodi matokeo kwenye fomu ya upimaji

Matokeo	Hatua
Macho yote mawili yana afya njema.	**Amefaulu**
Jicho mojawapo au macho yote mawili hayana afya njema	☞ **Mpe rufaa** kwenda kuonana na mtaalam wa tiba ya macho