**Косоокість та астигматизм – вади різні, причини схожі**

*Консультація для батьків*

Унаслідок переляку чи травми напружується і скорочується якийсь із прямих м`язів, приміром, внутрішній . Тоді інший ( зовнішній), навпаки, розтягується, через це око починає косити всередину. Щоб виправити цю ваду, лікарі розрізають напружений м`яз , а розтягнутий «вшивають». Проте американський офтальмолог Вільям Бейтс виступає проти будь – яких операцій на оці. Тому створив просту схему вправ для розслаблення внутрішнього м’яза і зміцнення зовнішнього. Особливо швидко очі відновлюються у дітей, в яких очні м`язи ще не зашкальовані і ростуть.

 Ще одна вада зору – астигматизм ( спотворення зображення) – також усувається за методом Бейтса. Нині це чи не єдиний спосіб лікування цієї патології.

 Бейтс довів, що причина астигматизму теж полягає у неправильній роботі очних м`язів. Унаслідок того, що вони починають по – різному тиснути на око ( одні постійно напружені, інші постійно розслаблені), втрачається його симетричність, що призводить до порушення симетричності променів, які проходять через орган зору. Тому зображення розпливається , накладається одне на одне тощо. Коли людина за методом Бейтса розслабляє всі м`язи, її око знову набуває симетричної форми, завдяки чому відновляється симетричність проходження оптичних променів, астигматизм минає.

 Ще у 1901 році Вільям Бейтс опублікував наукову роботу, в якій переконливо довів, що всі вади зору виникають унаслідок порушення функціонування шести очних м`язів – одні занадто напружені, інші – розслаблені, саме це і стає причиною таких вад, як короткозорість, далекозорість, косоокість та астигматизм. А ще він оприлюднив свою систему відновлення зору. ( можна буде познайомитися з нею в інших консультаціях). Цю систему він запозичив в американських індіанців, які мали високу культуру збереження зору. Бейтс помітив, що індіанські мисливці та воїни постійно роблять якісь вправи для очей. Бейтс зрозумів механізм їхньої дії і поклав його в основу системи відновлення зору.

Підготувала учитель – дефектолог Степаненко Світлана Володимирівна