**В каких случаях ребенку положено носить очки**

Каждый из нас может припомнить одного-двух человек из своего круга общения, кто с самого детства и по сей день носят очки. Неужели, ни разу вы не слышали, как их дразнили «очкариками»? Да, еще тридцать лет назад эту кличку «цепляли» каждому ребенку и подростку, которым по состоянию здоровья полагалось носить на носу очки. Таких ребят редко брали участвовать в активных играх во дворе, например, погонять мяч. Зато в классе их считали маленькими «профессорами» и пытались списывать у них задачки по математике.

Все чаще в последние годы слабое зрение у детей дошкольного и школьного возраста требует коррекции с помощью постоянного ношения очков (или контактных линз). Показаниями для очков бывают такие [проблемы со зрением](http://vzabote12.ru/3-nashi-deti/8-zdorove-i-bolezni/problemyi-so-zreniem-u-detey) в детском возрасте, как дальнозоркость, близорукость (прогрессирующая), косоглазие, астигматизм, амблиопия, нистагм, болезни зрительного нерва и глазного дна, заболевания слезных путей.

Понимать рекомендации и [советы](http://vzabote12.ru/tag/sovetyi) офтальмолога – это еще полдела. Родители должны постараться доходчиво объяснить все это ребенку, чтобы он сам хотел их вовремя надевать и ходить в них, сколько положено. Только так велика вероятность, что через полтора-два года дальнейшая очковая коррекция будет не нужна, так как острота зрения нормализуется. Ведь все равно постоянно следить за малышом будет нельзя! Нельзя также поддаваться на детские капризы и уговоры вроде «я не буду надевать очки утром – надену вечером, если у меня будет настроение».

**Советы, как правильно выбрать очки для ребенка**

Спешим сообщить, что современные производители детской оптики заслуживают похвалы. Те модели детских очков, которые имели вид не просто устрашающий, а даже уродливый, канули в прошлое. Теперь оправу и линзы можно подобрать практически на любой вкус и цвет. Выберите время и приходите в магазин вместе с ребенком, чтобы выбрать хорошие очки, которые понравятся вам обоим.

**Подбираем оправу**

Представьте, что **ребенку в очках** захочется бегать во дворе, как угорелому, лазать по деревьям и гимнастическим перекладинам, как обезьянка, играть в футбол или баскетбол. В таком случае, вы должны быть уверены, что оправа выдержит, не погнется и не сломается.

Поэтому при выборе очков нужно обратить внимание на материал оправы. У маленьких детей такая особенность анатомии головы, что очки будут держаться не на носу, как у взрослого, а на ушных раковинах. Поэтому оправа не должна ни впиваться в нежную детскую кожу, ни давить, ни натирать.

Итак, все в ваших руках: подбирайте очки для ребенка безопасные и соответствующие их прямому предназначению. Не скроем, что выбор качественных очков «выльется в копеечку», но вы же хотите, чтобы первые очки малыша стали его гордостью? Чтобы не надевал он их только лишь из страха быть наказанным… Вот увидите, вашему ребенку самому будет намного приятнее ежедневно носить на лице красивую вещицу и не стесняться, чем выслушивать дразнилки от сверстников.

**Как приучить ребенка носить очки**

Значит, очки выбрали. Теперь бы «внушить» ребенку, что носить их надо каждый день и очень длительное время.

1) Самые первые «легендарные» герои-очкарики, которые приходят на ум, – это Знайка и Гарри Поттер, конечно же. Если для вашего ребенка они являются любимыми, которым хочется подражать, на которых хочется стать чуточку похожим, то все будет в порядке – ребенок без ваших напоминаний будет надевать очки. Можете также придумать сказку с участием вашего ребенка.

2) Придумайте игру с любимыми куклами или мишками, которые также будут в очках (не настоящих, картонных или пластмассовых). Можно также надеть очки всем домашним и стать «дружной семейкой» очкариков.

3) Обращайте внимание ребенка на любого взрослого или **ребенка в очках** на улице, в транспорте. Идеальный случай, если близкий друг малыша недавно начал носить очки или вскоре тоже станет очкариком.

В первое время будьте снисходительны к ребенку. Пускай надевает очки на несколько минут. И постепенно приучайте носить их постоянно, чтобы привыкание развилось постепенно, без категоричного «не хочу, не буду». Хвалите ребенка и рассказывайте, что ходить в очках красиво и удобно.

Вместе с ребенком приобретите для очков «домик», то есть красивый футляр, специальную салфетку и покажите, как правильно протирать линзы от загрязнений, чтобы он сам не боялся проводить чистку сам.