Cómo cuidarse la vista.

El tener ojos saludables genera una mejor calidad de vida. Por eso, es importante hacerse un examen completo de los ojos. Esté consciente de cómo se le ven los ojos y cómo los siente. Ochenta por ciento de los problemas de la vista pueden evitarse y muchos pueden curarse si se detectan temprano.

¿Cuándo debiera hacerse un examen completo de los ojos?

Un examen completo de los ojos ayuda a diagnosticar las causas de los problemas de la vista. Los exámenes de la vista no llegan a la raíz del problema. Las siguientes son pautas de cuándo hacerse un examen completo de los ojos:

- A los bebés debe hacérsele su primer examen completo de los ojos a los 6 meses de edad.
- A los niños debe hacérsele un examen completo de los ojos a los 3 años de edad y antes de empezar el kínder.
- Después de los 6 años de edad, a los niños y adultos debe hacérseles un examen completo de los ojos cada año.
- Su médico de los ojos (oftalmólogo) puede recomendarle visitas adicionales.

Gran cantidad de enfermedades y padecimientos afectan la vista. Incluso si piensa que puede ver claramente, es importante hacerse un examen completo de los ojos cada año.

¿Qué es un examen completo de los ojos?

Un examen completo de los ojos se tarda de 30 a 60 minutos. Su médico podría preguntarle si hubo cambios o si tuvo problemas desde su último examen. Conozca sus antecedentes familiares e infórmelos a su médico. El examen completo de los ojos generalmente incluye:

- **Examen con pupilas dilatadas:** Mediante el uso de lentes especiales o gotas, su médico le examinará de cerca los nervios en sus ojos.
- **Examen de refracción:** Esto ayuda a determinar cuán aguda es su vista de cerca y de lejos.
- **Examen del campo visual:** Esto significa medir qué tan bien ve en los bordes exteriores de su campo visual.

Señales de que necesita consultar a su médico de los ojos (oftalmólogo) de inmediato.

Debe visitar a su médico de los ojos en cualquier momento que piense que podría tener una infección de ojos. Ignorar las señales de infección puede ocasionarle daños perdurables a los ojos y la vista. Las señales de una infección de ojos pueden incluir:

- Enrojecimiento continuo
- Dolor
- Secreción de los ojos
- Ojos llorosos
- Ojos secos
- Sensibilidad a la luz
- Ojos hinchados
- Hinchazón alrededor de los ojos
- Comezón persistente
- Vista borrosa

Hay gran cantidad de tipos distintos de infecciones de ojos. Su médico necesitará determinar qué tipo de infección tiene para tratársela. ¡No espere hasta que sea demasiado tarde para atenderse los ojos!

NebraskaTotalCare.com

© 2020 Nebraska Total Care. Todos los derechos reservados.