



DOORGEEF COLUMN

MEREL OERLEMANS

Als ik ergens niet van houd, is het ongevraagd opvoedadvies. Maar als ik een kindje zie met een zoethoudertje als een iPad of een mobiele telefoon wil ik toch stiekem zeggen: 'dat is niet goed voor je ogen'. In de spreekkamer is dat natuurlijk een stuk makkelijker. Iemand komt gericht naar je toe voor een goed advies. De leefstijladviezen zijn dan makkelijk gegeven.

Maar is het niet een taak voor ons als oogprofessional om hier iets mee te doen? De wereld laten weten dat deze ontwikkeling niet goed is? Immers, hoe hoger de myopie des te groter de kans op ontwikkeling van bijvoorbeeld glaucoom of een netvliesloslating. Er worden al campagnes gehouden, het item myopie komt gelukkig steeds vaker aan bod in de media. Maar waarom niet al vrij snel na de geboorte beginnen met informeren, adviezen geven? Want het is o zo lastig in deze tijd om je kind weg te houden van de iPad, telefoon, spelcomputer etc. Adviezen geven hierover kan bijvoorbeeld al via het consultatiebureau, school of een tijdschrift voor jonge ouders. Ik denk dat er nog veel te halen is.

Als moeder van twee jonge kinderen merk ik dat het een stuk lastiger wordt sinds ze op de basisschool zitten. Toen mijn zoon een paar weken in groep 1 zat was ik heel verbaasd te horen dat hij die dag op de iPad mocht. En als ze bij een vriendje of vriendinnetje op de iPad mogen, hoor ik daarna: 'mama, mogen wij ook een iPad?' Dan is mijn antwoord: 'Nou, lieve schat, die hebben we al maar die is niet om mee te spelen'.

HET IS O ZO MOEILIK

In de maatschappij van nu zijn de mobieltjes en tablets niet meer weg te denken uit ons dagelijkse leven. Kinderen zien volwassenen hun smartphone gebruiken, ook hun ouders. Niet te vergeten het thuiswerken, kinderen zien hun ouders achter de laptop zitten. Wat is nu goed voor een kind? Een kind moet ook weten dat er mobieltjes, tablets etc. zijn. Ze moeten er ook mee leren omgaan. En als mijn kinderen over heel wat jaren naar de middelbare school gaan, wil ik ook graag dat ze een mobieltje hebben zodat ik ze kan bereiken.

Hoge myopie zal een probleem worden in de toekomst, wat kunnen wij hieraan doen? We kunnen tegenwoordig al veel meer met contactlenzen, atropine en nu zelfs al met brillen. Maar voorkomen is beter dan genezen. Ik denk dat er op jonge leeftijd nog heel wat te halen valt door ouders vanaf de geboorte al te informeren. Nog meer aandacht hiervoor in de media, in tijdschriften die door aankomende moeders helemaal stuk gelezen worden. Misschien kan deze informatie wel verkregen worden bij het consultatiebureau? En denk ook aan scholen: welke rol kunnen zij spelen in het informeren van kinderen over het veilig gebruik van schermen?

En niet te vergeten, buitenspelen is superleuk (en goed voor de ogen)!

VOLGENDE DOORGEFCOLUMN: Ahmed Ibrahim