



# סיבת הפזילה:

# הסלולרי

נערה בת 13 הגיעה למרכז הרפואי שניידר כשהיא סובלת מפזילה שהופיעה אצלה לפתע במהלך הקיץ • בדיקות מקיפות שללו אפשרות לבעיה נוירולוגית • ואז סיפרה הילדה שהשתמשה בטלפון הסלולרי לאורך שעות ארוכות, בלי הפסקות, כל החופש • כדי לתקן את המצב היא תצטרך לעבור ניתוח בשתי העיניים • "כואב לנו לדעת שזה משהו שאפשר היה למנוע", אומר אביה

הפנימי, שאחראי על תזוזה העין בכיוון האף, פעולות שהינן חלק מהמנגנון הפיזיולוגי של ראייה לקרוב. כשהשרירים נמי צאים במצב הזה לאורך זמן, הטונוס שלהם מוגבר וזה תורם להופעת הפזילה.

ד"ר גר דותן, מנהל יחידת עיניים ילדים בשניידר, סיפר: "מדובר במקרה מצער הממחיש את הסכנה בשימוש אינטנסיבי בסמארטפון. במקרה זה, הפסקת השימוש בטלפון הנייד לא הביאה להיעלמות הפזילה והנערה תודקק, ככל הנראה, לניתוח לתיקון הפזילה. על מנת להפחית את הסכנה להתפתחות פזילה יש להמעיט בשימוש בטלפון הנייד, ולאפשר מנוחה תכופה לעיניים".

ד"ר דותן הסביר כי "בשנים האחרונות יש עוד ועוד דיווחים בספרות המקצועית על אנשים, בעיקר בני נוער, שסובלים מפזילה בעקבות שימוש מופרז בטלפון הנייד. זה קורה כשמשמש משים לפחות ארבע שעות ביום בטלפון, בלי לעשות הפסקות, ולכן לא מפתיע שזה קרה לאחר החופש הגדול. ההורים סיפרו שבהתחלה ראו את הפזילה לסירוגין, ובשלב מסוים היא הפכה להיות קבועה. הילדה התלוננה שהיא רואה כפול וההורים הגייעו איתה לבית החולים.

"ההנחיה הראשונית הייתה להפסיק את השימוש בטלפון הנייד באופן מוחלט. לרוב, אחרי מספר שבועות ללא שימוש בנייד המצב הולך ומשתפר, אבל יש ילדים שנאלצים להגיע לניתוח, כמו במקרה הזה. זו הפעם הראשונה שאני נתקל במקרה כזה, אבל אני יודע מקולגות שלי שזו תופעה שמתחילה להרים את ראשה".

אביה של הילדה סיפר: "להכניס ילדה בגילה לניתוח בשתי העיניים זה לא פשוט בכלל. כואב לנו לדעת שזה משהו שאפשר היה למנוע. אין תהליך למשחק בחוץ עם כדור, בטח לא הסמארטפון".

## עונב טויזו

אם גם הילדים שלכם העבירו את החופש הגדול בצפייה אינ-סופית במסכים, כדאי שתשמעו על המקרה הזה: נערה בת 13 שהשתמשה במהלך החופש בסמארטפון במשך שעות ארוכות סובלת עכשיו מפזילה קבועה. הנערה, תושבת מרכז הארץ, הגיעה לאחרונה ליחידת העיניים במרכז "שניידר" לרפואת ילדים כשהיא סובלת מפזילת איזוטרופיה חריפה - שמשמעותה פנייה פנימה של אחת העיניים. הפזילה הופיעה בפתאומיות במהלך הקיץ.

כשהנערה הגיעה לבית החולים היא עברה בדיקות עיניים ובדיקות נוירולוגיות מקיפות, כולל הדמיה מוחית (סייטי מוח) כדי לשלול גורם נוירולוגי שיכול היה לגרום להופעת הפזילה החדשה. כל הבדיקות שבוצעו נמצאו תקינות.

כשהרופאים ביררו אם יכול היה להיות גורם אחר לתופעה, התברר להם שהנערה בילתה שעות רבות בשימוש בטלפון הנייד, לעיתים קרובות ברציפות, ללא מתן מנוחה מספקת לעיניים. לכן, מסקנת הרופאים הייתה שהפזילה הופיעה בגלל השימוש הרב בטלפון הנייד.

מדובר בתופעת לוואי נדירה יחסית של השימוש בטלפונים ניידים, אך בשנים האחרונות מתרבים הדיווחים על הקשר בין צפייה ממושכת במסכים - לרוב של טלפונים סלולריים שהי מסכים שלהם קטנים יחסית - לבין הופעת פזילה, שגורמת לעיתים לראייה כפולה ומהווה מגבלה תפקודית וקוסמטית משמעותית.

מדוע זה קורה? ככל הנראה בשל שבירה במנגנון המזיגה במוח, שאחראי על התיאום בין שתי העיניים. הפזילה אף יכולה לנבוע מכיוון ממושך מדי של האישון, הערשה והשריר הישר



להרחיק את המכשיר מהגוף והעיניים בזמן השימוש



להשתמש במסך גדול ככל האפשר



לעשות הפסקות לאחר 20 דקות של שימוש



להגביל את זמן השימוש בטלפון הנייד

## כך תמנעו פזילה בגלל הסמארטפון