

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ и РЕКОМЕНДАЦИИ к проведению информационно-коммуникационной кампании, посвященной **Всемирному дню зрения (второй четверг октября)**

! Обратите внимание, все ссылки в документе кликабельны.

Все информационные и методические материалы для скачивания находятся по [ссылке](#).

В рамках проведения информационно-коммуникационной кампании, приуроченной к Всемирному дню зрения, рекомендуется:

I. Разместить на официальном сайте учреждения баннер, ведущий на [тематическую web-страницу](#), посвященную дате (если вы не являетесь участником системы централизованной рассылки баннеров от ОГБУЗ «ЦОЗиМП») – [скачать баннер](#)



II. Провести просветительские мероприятия для населения, приуроченные к дате:

- [Видеолекторий «Как сохранить здоровье глаз»](#)
- Видеолекторий «Что такое глаукома. Последствия и раннее выявление» с использованием видеоматериалов:

1. [Медицинский квест. Глаукома \(телеканал «Доктор»\)](#).

Школа пациента:

1. [Что такое глазное давление? 5 фактов о внутриглазном давлении \(ВГД\)](#)
2. [7 фактов о норме глазного давления. Вы должны это знать!](#)
3. [Как измерить глазное давление? 5 фактов о внутриглазном давлении и его измерении](#)
4. [7 причин, которые могут вызвать глаукому](#)
5. [Что такое глаукома? Это причина №1 необратимой слепоты в мире! 7 важных фактов](#)
6. [Открытоугольная глаукома. 5 фактов об открытоугольной глаукоме!](#)
7. [Закрытоугольная глаукома: симптомы, причины, лечение](#)
8. [Острый приступ глаукомы. 5 фактов об остром приступе глаукомы](#)
9. [Лечение глаукомы. Всё что вы должны знать о лечении глаукомы](#)
10. [Симптомы глаукомы, стоит ли идти к врачу-офтальмологу?](#)

- Видеолекторий «Катаракта» с использованием видеоматериалов:

1. [Причины, виды и стадии \(степени\) катаракты](#)
2. [Последствия и профилактика катаракты. Инвалидность, больничный и служба в армии при катаракте](#)
3. [Диагностика катаракты: анализы и обследования. Диффдиагностика и прогноз при катаракте](#)
4. [Виды и формы катаракты: ядерная, полярная, кортикальная, тотальная, слоистая](#)
5. [Симптомы катаракты: зрение, боль, слезотечение, отечность, изменение зрачка и хрусталика](#)
6. [Консервативное лечение, уход и противопоказания при катаракте](#)
7. [Операция при катаракте: показания, противопоказания, возраст](#)
8. [После удаления катаракты: реабилитация, капли, очки и контактные линзы, ограничения](#)

- Видеолекторий «Макулодистрофия» с использованием видеоматериалов

1. [Возрастная макулярная дегенерация](#)
2. [Макулодистрофия - это не приговор. Как лечить и с чего грамотно начать?](#)
3. [Возрастная макулодистрофия и ее лечение](#)

- Прочие материалы

1. [Миопия и отслоение сетчатки: кому поможет операция?](#)
2. [Анатомия глаза](#)
3. [Строение глазного яблока](#)
4. [Основы Рефракции и аккомодации](#)
5. [Плавающие мушки перед глазами что это? Деструкция стекловидного тела](#)

III. Запустить прокат видеороликов на плазменных панелях учреждения по теме даты:

1. [Что такое глаукома? Это причина №1 необратимой слепоты в мире! 7 важных фактов](#)
2. [Острый приступ глаукомы. 5 фактов об остром приступе глаукомы](#)
3. [Симптомы глаукомы, стоит ли идти к врачу-офтальмологу?](#)
4. [Что такое глазное давление? 5 фактов о внутриглазном давлении \(ВГД\)](#)
5. [7 фактов о норме глазного давления. Вы должны это знать! Норма глазного давления](#)
6. [Очки и линзы при глаукоме](#)
7. [Причины, виды и стадии \(степени\) катаракты](#)
8. [Симптомы катаракты: зрение, боль, слезотечение, отечность, изменение зрачка и хрусталика](#)
9. [Возрастная макулярная дегенерация](#)

IV. Разместить информационные материалы в местах наибольшей видимости и проходимости людей (плакаты, буклеты, листовки) по теме даты:

1. [Буклет-памятка для больного глаукомой](#)
2. Листовка «Гимнастика для глаз»
3. Листовка «Суммарная продолжительность использования электронных средств обучения в сутки»
4. Листовка «Рабочее место школьника»

V. Разместить публикации в соцсетях по теме даты, используя следующие материалы:

1. [Как сохранить здоровье глаз](#)
2. [Онлайн-тесты для проверки зрения](#)
3. [Катаракта глаза – главный информационный портал о лечении заболевания](#)
4. [Все о близорукости \(миопии\): симптомы, диагностика и лечение заболевания \(медикаментозное и хирургическое\)](#)
5. [Воспалительные заболевания глаз](#)
6. [Как сберечь детское зрение](#)
7. [Гимнастика для глаз и профилактика глазных болезней](#)

VI. Разработать собственные статьи и публикации для размещения на сайте учреждения, в соцсетях, электронных или печатных СМИ с использованием следующих статей:

1. [Как устроен глаз человека?](#)
2. [Как защитить зрение?](#)
3. [Семь привычек для здоровья глаз](#)
4. [Гимнастика для глаз](#)
5. [Гимнастика для глаз и профилактика глазных болезней](#)
6. [Питание для здоровья глаз](#)
7. [Снимите очки! С близорукостью можно и нужно бороться...](#)
8. [Компьютерный зрительный синдром](#)
9. [Правила работы за компьютером](#)
10. [Что нужно знать о контактных линзах](#)
11. [Как выбрать солнцезащитные очки](#)
12. [Катаракта – симптомы, причины, факторы риска, эффективное лечение и профилактика болезни](#)
13. [Катаракта: причины, симптомы, лечение и профилактика](#)
14. [Катаракта глаза – главный информационный портал о лечении заболевания](#)
15. [Все о близорукости \(миопии\): симптомы, диагностика и лечение заболевания \(медикаментозное и хирургическое\)](#)
16. [Сухой глаз. Симптомы синдрома сухого глаза. Причины сухости в глазах, диагностика и лечение патологии. Какие капли капать при сухом глазе?](#)

17. [Макулодистрофия \(возрастная макулярная дегенерация\): причины, симптомы и лечение](#)

18. [Близорукость \(миопия\): причины, симптомы и лечение](#)

Информацию подготовила:

• врач-методист отдела организации медицинской профилактики ОГБУЗ «ЦОЗиМП» Елена Алексеевна Линок