

## **8 августа - Международный день офтальмологии**

Ежегодно с 2004 года в день рождения известного российского офтальмолога С.Н. Федорова проводится Международный день офтальмологии.

Глаза – один из основных инструментов человека для получения информации об окружающем мире. От 80 до 90 процентов ощущений люди получают именно благодаря зрению.

Хорошее зрение в любом возрасте значительно улучшает качество жизни. В силах каждого человека приложить небольшие усилия, чтобы сохранить здоровье глаз. Советы офтальмолога, которые помогут сохранить хорошее зрение до преклонных лет: правильное питание; отказ от вредных привычек; работая за компьютером, вы должны поддерживать дистанцию между монитором и глазами в 60 сантиметров и более, каждый час делайте пятиминутные перерывы, позволяйте зрению отдыхать, глядя в окно, на небо, но точно не в смартфон; старайтесь чаще моргать, летом носите качественные солнцезащитные очки.

Признаки, с которыми необходимо срочно обращаться к офтальмологу: резкое снижение остроты зрения, ощущение наличия чужеродного тела, обильное слезотечение и другие выделения из глаз.

В Пензенской области за 2018 год выявлено более 25 тысяч случаев болезней глаза и его придаточного аппарата, на диспансерном учете состоит более 16 тысяч пациентов.

В нашей области работает 98 врачей-офтальмологов, 30 из них имеют высшую и 21 первую квалификационные категории. Головным учреждением офтальмологической службы является ГБУЗ «Пензенская областная офтальмологическая больница», оказывающая специализированную и высокотехнологичную помощь по профилю «офтальмология». За 2018 год врачи больницы провели 741 операцию с применением высоких медицинских технологий.

Поздравляем врачей-офтальмологов с профессиональным праздником, желаем крепкого здоровья, больших успехов в работе, семейного тепла и счастья!