



Kontaktlinser og barn

Mye av den forskningen som finnes på kontaktlinser og barn og unge, viser tydelig at kontaktlinser har en positiv innvirkning på barns og ungdommers livskvalitet. Vi ville ta en prat med en optiker i Norden om hvilke erfaringer han har gjort seg på dette feltet, og tok derfor kontakt med Bo Lauenborg i Danmark. Les mer om hans erfaringer med å tilpasse kontaktlinser for barn og ungdommer.

1. Hvordan vet du når et barn er klart for å begynne å bruke kontaktlinser?

Barn er ofte med sine foreldre når de kommer for å kontrollere sine kontaktlinser. Hvis barnet bruker briller, tar vi en liten prat om når man kan begynne å bruke kontaktlinser, hva som er viktig å tenke på når man bruker linser, og hvorfor linser kan være et godt alternativ.

Det er veldig viktig at barnet selv er klar for dette og har lyst til det, ikke bare foreldrene. Derfor skal barna involveres i samtalen, man skal ikke prate over hodet på dem. La dem kjenne på en linse og gjør det morsomt og spennende, samtidig som de må forstå viktigheten av god håndhygiene når de bruker kontaktlinser.

2. Hvor tidlig syns du at man kan begynne å prate om linser med barn?

Jeg har ofte pratet med barn i alderen 6 til 7 år, men det er naturligvis viktig å huske på at barn under 8 år må undersøkes av øyelege før de kan få kontaktlinser.

3. Hva skal man tenke på under tilpasning/ linsetrening?

Det er viktig at du er bevisst på at dette er en helt ny og kanskje litt skremmende opplevelse for

barnet. Vis empati, skap en avslappet atmosfære ved å kommunisere på en rolig og trygg måte og velg trygge produkter.

4. Trenger man å sette av mer tid til tilpasningen sammenlignet med tilpasning av eldre kunder?

Flere studier viser at det ikke tar lenger tid å tilpasse barn i alderen 6–12 år, tenåringer i alderen 13–16 år og ungdommer i alderen 17–21 år. Det dreier seg kanskje om ca. 5–10 minutter mer i stolen. Barn er flinke til å høre etter og lærer seg raskt nye ting.

5. Hva skal man tenke på for å overbevise foreldrene?

Samarbeidet med foreldrene byr stort sett ikke på noen problemer, som oftest er én eller begge allerede linsebrukere. Hvis det ikke er tilfelle, er det naturligvis viktig å ha en god dialog om hva som er viktig for trygg linsebruk. La gjerne foreldrene prøve hvordan det er å ha på linser, og ta deg god tid til å svare på de spørsmålene de måtte ha. I butikken vår har vi stor nytte av våre flinke optikerassistenter, som hjelper foreldre og barn med linsetreningen.



6. Har du eksempler på tilpassing av barn som har vært spesielt vellykket?

Ja, Christian Harbeck Sørensen er et godt eksempel på et barn som har utviklet seg positivt etter at han fikk kontaktlinser. Han var 5 ½ år da han begynte å bruke linser for et halvt års tid siden. Moren hans har fortalt at de begynte å vurdere linser da Christian løp inn i noe og brillene laget et stort sår i pannen hans. Hun bruker selv kontaktlinser, og vi hadde en liten prat om hvilke alternativer som fantes. Christian fikk leke med linsene, og foreldrene fikk instruksjoner om hvordan de skulle håndteres. Etter tre dager kunne Christian ta ut linsene selv, så nå er det bare når de skal settes inn, at mamma eller pappa må hjelpe til.

I barnehagen har de merket at Christian er blitt mye mer utadventd og sosial. Han deltar i leken på en helt annen måte, uten å begrenses av tanken på at brillene kan bli ødelagte eller knuses. Dette har ført til at han er blitt en av de mest populære guttene i barnehagen, en som alle vil leke med. Han ble også interessert i å lese og skrive da han fikk kontaktlinser.

7. Har du noe eksempel på at det ikke har vært vellykket? Hva gikk galt?

Ja, det har jeg opplevd. Det skjer hvis foreldrene presser på for mye uten at barnet egentlig er klart for det.

8. Hvordan påvirkes barn som tidligere har brukt briller, av å få kontaktlinser?

De blir ofte mer utadventde. Plutselig trenger de ikke bekymre seg for at brillene skal bli ødelagte, og de føler seg ikke lenger annerledes. De blir mer aktive og deltar mer. Ofte blir også læringsevnen bedre, og det påvirker også motorikk og balanse.



Tips ved tilpassing av barn:

Vis empati og skap en avslappet atmosfære.

Det er viktig at barnet selv er klar for dette og har lyst, ikke bare foreldrene.

Involver barna i samtalen, ikke prat over hodet på dem.

La dem kjenne på en linse, gjør det morsomt og spennende.

La foreldrene prøve linser hvis de ikke har gjort det før.

Forsikre deg om at både barn og foreldre har forstått viktigheten av å følge instruksjonene.

Barn under 8 år må undersøkes av øyelege før de kan få kontaktlinser.