

Bản Kiểm Tra Thị Giác Khỏe Mạnh

LÀM THẾ NÀO ĐỂ GIÚP QUÝ VỊ CÓ THỊ GIÁC TỐT CẢ ĐỜI

Hãy Khám Mắt Hằng Năm

TRẺ EM
MỖI
NĂM



NGƯỜI
LỚN MỖI
1 ĐẾN
2 NĂM



75%

việc bị mất thị giác là chữa trị được hoặc có thể ngăn ngừa nếu sớm phát hiện.

Mang Kính Mát

Kính mát bảo vệ chống lại các tình trạng nghiêm trọng của mắt gây nên bởi sự tiếp xúc với tia tử ngoại

BẢO VỆ 100%
CHỐNG TIA
TỬ NGOẠI

BẢO VỆ 100%
CHỐNG TIA
TỬ NGOẠI

Không hút thuốc

Hút thuốc làm tăng khả năng bị:

Cườm mắt

Tổn thương thần kinh thị giác

Thoái hoàng điểm võng mạc



và những người hút thuốc có gấp 4 lần khả năng bị mù ở tuổi già

Tránh Các Nguồn Phổ Biến Gây Thương Tích cho Mắt

720,000 người Canada bị thương tích mắt y khoa mỗi năm



44%

CÁC THƯƠNG TÍCH XÂY RA TẠI NHÀ

16%

TẠI NƠI LÀM VIỆC

14%

TẠI TRƯỜNG HỌC

15%

TRONG LÚC CHƠI CÁC MÔN THỂ THAO + GIẢI TRÍ

11%

NGOÀI ĐƯỜNG PHỐ

Các nguồn phổ biến gây thương tích cho mắt tại nhà:

- Các dụng cụ trang điểm
- Móng tay
- Các sản phẩm lau chùi gia dụng

- Kính áp tròng gắn không vừa vặn
 - Kính áp tròng dùng sai cách
- Missing 1 bullet in Vietnamese Word file

Biết Tiền Sử Bệnh Của Quý Vị



Nhiều bệnh mắt là do DI TRUYỀN Hãy hỏi những người trong gia đình về tiền sử sức khỏe mắt của họ

Đừng Xem Thường Các Sự Nhiễm Trùng Mắt

Các triệu chứng có thể bao gồm:



ĐỎ MẮT



ĐAU MẮT



MẮT CÓ CHẤT DỊCH TIẾT RA



NGỬA NGÁY



THỊ GIÁC BỊ MỜ



NHAY CẢM VỚI ÁNH SÁNG



SUNG MẮT

HÃY CẨN THẬN!

Nếu quý vị nghi ngờ mình bị nhiễm trùng mắt, hãy lập tức đến gặp bác sĩ chuyên khoa mắt. Trì hoãn chữa trị có thể đưa đến việc bị mất thị giác.

Hãy Có Một Bác Sĩ Nhãn Khoa Nào Biết Về Mắt Của Quý Vị

Có một bác sĩ nhãn khoa biết quý vị và tiền sử mắt của quý vị giúp đảm bảo quý vị có được sự chăm sóc đúng và kịp thời. Dùng khoảng trống này để ghi xuống chi tiết liên lạc với bác sĩ mắt của quý vị:

TÊN:

ĐIỆN THOẠI:



CANADIAN ASSOCIATION OF OPTOMETRISTS
ASSOCIATION CANADIENNE DES OPTOMÉTRISTES

Cần một Bác Sĩ Nhãn Khoa?
Hãy tìm một bác sĩ gần nơi quý vị tại trang mạng www.opto.ca