



## Kontaktlinser og børn

En stor del af den forskning, der findes vedrørende kontaktlinser og børn og unge, viser tydeligt, at kontaktlinser har en positiv indvirkning på børn og unges livskvalitet. Vi ønskede at tale med en optiker i Norden om hans oplevelser og kontaktede derfor Bo Lauenborg. Læs her om hans erfaringer med at tilpasse kontaktlinser på børn og unge.

### **1. Hvordan ved du, hvornår et barn er klar til at begynde at bruge kontaktlinser?**

Børn er ofte med inde, når deres forældre er til kontrol af deres kontaktlinser. Hvis de har fået briller, får vi alle sammen en lille snak om, hvornår man kan starte med kontaktlinser, hvad der er vigtigt at kunne for at bruge kontaktlinser, og hvorfor det kan være en god idé med kontaktlinser.

Det er vigtigt, at det ikke kun er forældrene, der er parate og motiverede, men at børnene også er det. Derfor skal de drages med ind i samtalen. Tal til dem og ikke hen over hovedet på dem, lad dem røre ved en kontaktlinse, og gør det sjovt og spændende samtidig med, at de forstår vigtigheden af en god håndhygiejne ved brug af kontaktlinser.

### **2. Hvor tidligt synes du, man kan begynde at tale med børn om linser?**

Jeg har ofte snakket med børn i alderen 6–7 år, men det er selvfølgelig vigtigt at huske, at børn under 10 år skal undersøges af en øjenlæge, før de kan få kontaktlinser.

### **3. Hvad skal man tænke på i forbindelse med tilpasningen/linsetræningen?**

Det er vigtigt at huske, at det er en helt ny og

måske lidt skræmmende oplevelse for barnet. Vis empati og skab en tryk atmosfære gennem kommunikation og valg af sikre produkter.

### **4. Er det nødvendigt at afsætte mere tid til tilpasningen, når der er tale om børn og unge?**

Flere studier viser, at der ikke bruges meget mere tid på nytilpasning af børn i alderen 6–12 år, teenagere i alderen 13–16 år og unge i alderen 17–21 år. Det drejer sig måske om 5–10 minutter mere i stolen. Børn er gode til at lytte og lærer hurtigt.

### **5. Hvad skal man tænke på for at få forældrene med?**

Normalt er samarbejdet med forældrene ikke noget problem, da en af forældrene ofte selv er linsebruger. Hvis dette ikke er tilfældet, er det selvfølgelig vigtigt med gode argumenter om sikkerhed ved brug af kontaktlinser. Lad også forældrene selv mærke, hvordan det er at have kontaktlinser på. Brug tid på at besvare deres eventuelle spørgsmål. Her har vi også stor glæde af vores kompetente optikerassistenter, som sidder sammen med forældrene og barnet, når der gives instruktion i linsebrug.



### **6. Har du et eksempel på en succeshistorie i forbindelse med tilpasning af kontaktlinser på et barn?**

Ja, Christian Harbeck Sørensen er et godt eksempel på et barn, som er blevet meget gladere, efter han har fået kontaktlinser. Han var 5½ år, da han startede med at bruge kontaktlinser for et halvt år siden. Christians mor har fortalt, at det, der fik dem til at overveje kontaktlinser, var, at Christians briller gav ham et slemt sår i panden, da han løb ind i noget. Hun begyndte at frygte for alle de år, hendes søn ville få i panden. Hun får kontaktlinser hos os, og vi tog alle tre en snak om, hvilke muligheder der var. Christian fik lov til at lege med linserne, og hans mor og far fik instruktion i, hvordan de skulle håndteres. Efter tre dage kunne Christian selv tage linserne ud, så det er kun, når de skal på, at mor eller far hjælper.

I børnehaven har de lagt mærke til, at Christian er blevet meget mere udadvendt og social. Han deltager i legen på en helt anden måde uden frygt for, at brillerne skal gå i stykker. Det betyder, at han er blevet en af de populære drenge i børnehaven, som alle gerne vil lege med. Han er også blevet interesseret i at læse og skrive, efter han har fået kontaktlinser.

### **7. Har der været tilfælde, hvor det ikke var en succes, og hvad gik galt?**

Ja, det har jeg oplevet. Det sker, hvis forældrene presser for meget på, og barnet ikke er klar.

### **8. Hvilken indvirkning har kontaktlinser på børn, der tidligere har brugt briller?**

De bliver ofte mere udadvendte. Pludselig skal de ikke være bange for, at brillerne går i stykker, og de føler sig ikke længere anderledes. De bliver mere aktive og deltager mere. Ofte bliver indlæringsevnen bedre, og det har også indflydelse på deres motorik og balance.



#### **Tips ved tilpasning på børn:**

**Vis empati og skab en tryk atmosfære.**

**Det er vigtigt, at det ikke kun er forældrene, der er parate og motiverede, men at børnene også er det.**

**Inddrag børnene i samtalen. Tal til dem og ikke hen over hovedet på dem.**

**Lad børnene røre ved en kontaktlinse, og gør det sjovt og spændende.**

**Lad forældrene prøve, hvordan det er at have kontaktlinser på, hvis de ikke har prøvet det før.**

**Sørg for, at både børn og forældre forstår, hvor vigtigt det er at følge instruktionerne.**

**Børn under 10 år skal undersøges af en øjenlæge, før de kan få kontaktlinser.**