



### چند توصیه برای استفاده از عینک در کودکان

اگر پزشک برای کودک شما عینک تجویز کرده ممکن است در این زمینه با کودک مشکلاتی را داشته باشید...

- اگر پزشک برای کودک شما عینک تجویز کرده ممکن است در این زمینه با کودک مشکلاتی را داشته باشید. توجه به توصیه‌های زیر می‌تواند در زمینه انتخاب و استفاده از عینک در کودک مفید باشد:
- اجازه دهید که کودک خود فرم عینکش را انتخاب کند و شما نیز این انتخاب را تحسین و تمجید کنید.
  - در ابتدا از او بخواهید که از عینک در زمان‌های کوتاه استفاده کند تا کم‌کم به آن عادت کند.
  - هنگام انجام کارهای لذت‌بخشی چون تماشای تلویزیون، رفتن به سینما و یا خواندن کتاب از او بخواهید که عینک بزند.
  - در مورد استفاده از عینک به کودک غر نزنید بلکه سعی کنید در این مورد به او جایزه بدهید.
  - زدن عینک باید مثل انجام کارهای روزانه‌ای چون زدن مسواک و یا لباس پوشیدن برای کودک درآید.
  - سعی کنید از ورزشکاران، بازیگران و یا افراد آشنایی که عینکی هستند، نام ببرید.