

儿童保健技巧（二）

张征
编著



目 录

外科 (续)	1
眼科	6
皮肤科	16
心理习惯治疗	70
发脾气的防止措施	70
分离焦虑的方法	72
攻击行为的约束技巧	74
克服害羞的妙招	78
消除健忘症的简便方法	81
缓解焦虑的措施	85
减轻恐惧的方法	92
治疗口吃的妙招	95
让孩子安静的方法	99
让孩子温顺的技巧	105
维持和睦的技巧	109
让孩子勤快	114
玩游戏机上瘾的对付之道	118
让孩子快乐的方法	121
厌学的处理方法	124
咬指甲的解决技巧	130
帮助孩子睡好的办法	132
处理挑食的办法	138
集中精力的要诀	143
预防	147

外科（续）

何时去看医生

如果你的孩子抱怨脚痛，检查一下是否浮肿、畸形、发红、摸上比其他脚发热或失去感觉，艾里·格里科说。他是宾夕法尼亚州巴拉西维德和弗劳堂市费科奥物理治疗的理疗医生。如果你发现任何症状，要去看医生。

即使没有这些报警信号，但如果在 4、5 天后疼痛和浮肿没有减少，那么也要带你的孩子去看医生，格里科说。持续疼痛或浮肿可能是扭伤或骨折的信号。

如果你的孩子有多尿症，不要不给药物而在家中治脚，他建议。

生长痛：5 种处理要诀

什么可以缓解疼痛

在孩子 4 到 9 岁之间某一天，他也许会经历所谓的生长痛。这些神秘的疼痛通常在夜间发生在腿上，也许会在其它部位持续几分钟到几小时不等，然后消失。这种情况通常每周发生几次，也许持续一年或更长时间。

你或许感到惊奇，生长痛与生长没有关系。“实际上，这种条件下的名称仅仅是儿童时期的肢体疼痛，”医学博士布莱姆·H·伯恩斯坦说，他是加利福尼亚南部大学临床儿科教授兼洛杉矶儿童医院风湿病学的专家。

但医生仍然不能给出关于生长痛的所有答案；“在一些儿童身上，疼痛似乎被定位于肌肉，而其他孩子则是骨头疼痛，”伯恩斯坦博士说。

在许多情况下，生长痛也许与过度绷紧的肌肉引起

的肌肉疼痛一样。“它类似于我们头一天爬山，第二天的感觉。”伯恩斯坦博士说。“许多孩子很活跃，当他们做这些事情时，并不感觉肌肉疼，但当他们在晚上放松下来时，便开始感觉疼痛。然而，在其他的病人身上，我们还不知道原因。”

专家确实知道生长痛不是肌肉抽筋。它们通常是由于小腿痉挛引起的一种严重的疼痛。“由于痉挛，你通常能看到抽筋，这不是生长痛的情况，”伯恩斯坦博士说。

这儿有一些简单的治疗生长痛的方法。“但很难预言在任何给定的情况下，采用哪种方法会有效，”他说，“一旦医生排除其它类似于关节炎等严重的疾病时，你或许需要许多治疗方案来查明哪种方案对孩子有作用。”

用冷静的语言来安慰。疼痛可以引起孩子惊慌，即使仅仅是由肌肉紧张引起，伯恩斯坦博士说。“对孩子解释说，腿疼可能是由于用力过度引起，很快就会过去的。”安慰是最重要的事情。孩子需要知道它们所经历的不是什么可怕的疾病。

用止痛药来止痛。“一种温和的止痛剂如对乙酰氨基酚（儿童羟苯基乙酰胺，）也许是所有孩子所必需的，”伯恩斯坦博士说。检查包装说明，根据孩子的年龄和体重来给予正确的剂量或咨询医生。他说，如果一种温和药物没有效果，那么向医生询问布洛芬，一种仅适于儿童的抗炎症处方药。“在许多情况下，布洛芬似乎比对乙酰氨基酚有效，然而，不清楚是什么原因，”他说。

尽量用按摩的方法。“生长痛对于母亲的按摩有很好的反应，”医学博士卢斯尔·斯迪勒说，他是新奥尔良路易斯安那州立大学医学院儿科系教授兼副主任。“轻轻按摩孩子腿上疼痛的地方，直到他开始感觉好些为止。

使疼痛的部位变暖。热可以减轻疼痛，尤其是孩子肌肉痛，歇尔利蒙纳德说，他是圣安顿尼奥护理学校得克萨斯健康科学中心的助教授兼注册儿科护理师。“洗个热水澡或淋浴，或者即使是用一块热的垫子也能减轻疼痛，”她说。

洗 20 分钟的热水澡或者用热垫子敷通常是所需要的，伯恩斯坦博士补充道。然而，长时间使用热垫子时，不要留下孩子不管，因为他可能会感到太热。

在卧室里“去野营”。作为一种预防疼痛复发的措施，在夜间当孩子睡觉时，保持孩子腿部暖和是有帮助的，“你不能让孩子整夜睡在热垫子或电热毯上，因为这是很危险的，”伯恩斯坦博士说。“但小孩子在睡袋里裹住是很安全的。睡袋会保持孩子腿部暖和，他会喜欢它的。”

何时去看医生

孩子的腿疼痛，有时是一种严重情况的信号，例如风湿性关节炎，医学博士布莱姆·H·伯恩斯坦说，他是加利福尼亚南部大学临床儿科教授兼洛杉矶儿童医院风湿病学的专家。他建议，如果伴随以下症状，要去看医生：

- 发烧
- 关节或肌肉肿胀
- 罕见的疲乏，食欲减退和体重下降
- 走路腿跛晨起腿疼

瘀伤：6 种应付方法

治疗方法

“我几乎害怕带我三岁的孩子去做例行检查，”一个活泼好动的孩子的妈妈说，“他的胫部上下有这么多瘀

伤，好象是我们把他打成这样似的。”

对孩子来讲，瘀伤是一种职业危害。他们又跑、又跳、又爬，骑车、溜冰……摔倒、碰伤、撞伤。宾夕法尼亚福特华盛顿的儿科专家，费城切斯罗特西尔医院的内科医生，医学博士杰福瑞·弗格说，瘀伤很常见，如果他看见一个腿上没有瘀伤的孩子，就怀疑家长是否过于保护了。

大多数情况下，瘀伤不需要去医院，用下面这些简单的方法在家里就可以应付了。

冷敷受伤部位。“如果皮肤未受损伤，至少用冰冷敷 5 分钟，”波士顿哈佛医学院的儿科助教授，儿童医院急诊医学分部副主席，医学博士格雷丝·卡普多说。不过不要让冰直接接触皮肤。

如果皮肤受损，清洗后用干净的布包上，再用冰冷敷。把冰裹在一块干净毛巾里或直接用冰袋。当开始有瘀伤时，要持续冷敷以消肿。“多数孩子能忍受至少 20 分钟。”卡普多博士说。反复冷敷直到消肿为止。

或用冷的敷布。如果瘀伤不是很严重，而且孩子也对冰块的冰的感觉较反感，你可以用一块冷敷布代替，弗格博士说。就是用布浸在自来水中，拧掉水后，放在瘀伤处。如果孩子也反对这样做，那就随他。因为这不值得引起麻烦。

抬高肢体。如果有瘀伤的胳膊或腿冷敷后还没消肿，要用枕头把它垫高，卡普多博士说。“这样会减轻肿大的程度。”她解释。

改用热敷。24--48 小时之后，应改用热敷布而不是冰或冷敷布。“冷能收缩血管而抑制出血，”弗格博士解释说，“血管愈合后，你需要让瘀血褪去。热能扩张血

管而促使血流，这样就使淤血快点褪去。”

把毛巾放在温水中浸湿拧干后，放在瘀伤处，每天两三次，每次 5—10 分钟。坚持两到三天，直到瘀伤开始消失。给孩子讲一讲瘀伤处颜色的变化（从红到紫再到浅黄绿色）就是它愈合的过程。

吻一吻他会让他感觉好一些。“我不是轻率地说出这句话的。”伯林顿佛蒙特大学医学院儿科临床副教授，南伯林顿的儿科专家，医学博士约瑟夫哈根说，“一点点同情和肯定也会有所帮助。有些瘀伤虽然看起来不很严重，但可能实际上很疼。”

给孩子用止痛药。如果孩子总喊疼，你可以给他合适剂量的儿童用对乙酰氨基酚，卡普多博士说。（根据孩子的年龄和体重按说明书给药。如果孩子不到两岁，请咨询医生）“但是对于头部和腹部的瘀伤，应该看过医生后再给药。”

何时去看医生

有些瘀伤在你进行家庭治疗前，至少需要医生检查一下。而且，在极少数情况下，自发的瘀伤可能预示着严重的疾病如白血病：

如果有下列情况，应该求助于专家：

- 眼睛或头部有瘀伤。
- 头部耳朵上方挨了一拳，该部位骨裂危险很大。
- 孩子某部位有瘀伤后，行走、说话、看东西都有困难，变得沉默、迟钝，或一个瞳孔比另一个大。
- 关节处肿大，尤其是肘关节。
- 在不多见的部位出现瘀伤，如背部，小腿肚或胳膊后部。
- 轻轻一击引起大面积瘀伤。

○或钝或硬的东西如车自行手把很用力地撞到孩子的腹部。

- 有瘀伤并发烧。
- 不明原因的瘀伤。

眼科

黑眼圈：7种清除瘀血的方法

减轻黑眼圈的方法

约翰尼准备接一个飞来的球，但是球没有干净利落地掉在手套里，而是猛击在他的眼睛上。嘉迪的自行车在湿树叶上打滑，把自己摔了出去，脑袋磕在地上。这些意外的事确实发生了，第二天他们两个都会带着倒霉的伤痕：又黑又肿的黑眼圈。

不过当你看见孩子的黑眼圈时，不要大惊小怪也不要一笑置之。因为他有可能得了脑震荡或眼睛受到严重伤害，所以向医生咨询一下是非常重要的。

只要医生反复强调只是皮外伤，就只需要看护人和无微不至的家庭护理。下面是专家的一些建议，帮助减轻伤害。

首先冷敷。“在受伤后 24--48 小时内用冷敷布敷在眼睛上。”位于明尼朴利斯的明尼苏达大学医学院眼科临床助教授，医学博士阿尔维纳·M·简达说。她建议把碎冰袋包裹在一块毛巾里。

但用时一定避免与眼睛直接接触。“眼睑的皮肤是全身皮肤最薄的也是最脆弱的，所以一定不要把冰直接放在上面。”位于印第安纳波利斯的印第安大学医学院的眼

科教授，医学博士恩格尼·赫尔维斯顿说。

时用时停。“你在用冰冷敷孩子的眼睛时，要间歇进行——冷敷 5--10 分钟，停 15--20 分钟，然后继续冷敷，这样反复进行。”赫尔维斯顿说。他还说，寒冷能收缩血管，减少周围组织血流量。

如果你在球场或野外，手边没有冰，一罐冷苏打水也可以代替，费城威尔士眼科医院的主治医，新泽西州运动委员会的眼科顾问，大西洋市医学中心眼科负责人，医学博士戴维·斯密说。

用热敷代替。受伤 48 小时后，应改用热敷布——把毛巾在热水中浸湿后敷在眼睛上。“也要间歇使用。”斯密说，“热敷布帮助机体重新吸收流出的血。”这就意味着淤血部位的颜色会快一点褪去，让孩子感觉舒服一些。

用对乙酰氨基酚。如果孩子感到疼痛，可以让他吃一些对乙酰氨基酚（儿童扑热息痛）。根据孩子的年龄和体重，按照说明书确定合适用药剂量。如果孩子不到两岁，应咨询医生。“不要用阿司匹林或布洛芬代替，尽管这些药也用于止痛，”斯密说，“这是因为它们都有抗凝血作用，能导致出血增加。”

睡觉时把头垫高。孩子受伤的第一天，晚上睡觉时用几个枕头把头垫高，简达建议。“这样可以保持压力而最大程度地减轻红肿。

换另一半脸颊睡觉。“让孩子不要用受伤的那一半脸睡觉。给肿起的部位施加压力不仅会感到疼痛还会使肿得更严重。”斯密说。

避免以后再受伤。如果孩子在运动场上很活跃，而且眼睛很有可能受到球或肘部的伤害，应该买一个保护

性的护目镜，多伦多大学的眼科学副教授，加拿大美国的羽毛球网球俱乐部的顾问和准会员，医学博士米歇尔·伊斯特布鲁科说。他还说，对于这种高危险的运动如网球或羽毛球双打，准备一副不易破碎的金刚石多聚体镜片制成的护目镜是非常必要的。或者，如果你的爱运动的孩子带眼镜，一定要用金刚石多聚体（polycarbonate）镜片。

何时去看医生

医学专家建议只要有黑眼圈就应该去看医生，因为有脑震荡或眼睛受伤的可能。“这种损伤往往应该认真对待，”位于印第安纳波利斯的印第安大学医学院的眼科教授，医学博士恩格尼赫尔维斯顿说，“如果孩子的眼睛受伤很严重，以至于眼圈发紫眼睛睁不开，这真的可能很严重甚至是永久性损伤。”他说，只有眼科医生能判断孩子的视力是否受损或只是表面的伤害。

但是即使从医生那里搞清楚后，还是会发生一些问题。专家说，如果孩子表现出下列任一种症状，应立即看医生：

- 眼睛越来越红
- 眼睛流水
- 抱怨模糊或重影
- 不规则形瞳孔
- 瞳孔模糊或有阴影

红眼病：6种消炎建议

消除炎症

当你照顾孩子上床睡觉时发现他的眼睑有点发红，肿胀。第二天清晨眼睑看起来红的更厉害，并且孩子叫嚷眼睑发痒。

有时候红眼没什么严重的，仅仅是一种在小孩子中间很易传播的感染性疾病。因为小孩子经常控制不住要揉眼睛，并且触动任何他们能看见的东西。红眼是眼结膜肿胀，结膜炎的一种形式。在严重的病例，黏膜分泌脓液，且眼白处也变红。

那么原因是什么呢？这可能是由不易控制的细菌或引起感冒、咽喉痛及麻疹的病毒造成。“大多数孩子在得感冒的同时出现了红眼。”巴顿·D·斯克密特医学博士，科罗拉多医药大学儿科教授、丹佛儿童医院阿蒙布拉特瑞医护中心咨询部主任，《你孩子的健康》一书的作者说。

但是也有一种结膜炎不是因为感染引起的，而是由过敏、外伤甚至因为有小飞虫入眼引起的。（专业上讲这根本就不是红眼，但许多人把所有的结膜炎都叫做红眼。）

你可能会向你的医生描述孩子的症状。病毒性的红眼可以就像感冒一样自愈。非感染性结膜炎一般也很少需要治疗，尽管假如结膜炎是因外伤、过敏引起时需要医生的治疗处理。对于细菌性结膜炎医生会开抗生素滴液或软膏来缩短恢复时间。

但是不管孩子得的是那一种结膜炎，肿胀的眼睛大部分都会有痒感及不舒服感。下面将为您提供一些技巧来缩短病程使孩子感觉舒服些。

热敷来缓解症状。让孩子感觉舒服的一个好办法是将温暖的敷布放在他的眼睛上，罗伯特孟德尔森医学博士，位于波特兰德的奥尔根健康科学大学儿科临床教授，儿科医生建议：“用一块温度比体温稍高的毛巾，放在感染的那只或双眼上，等毛巾冷却后，重新放置另一块

温暖的毛巾，每次放置 5 到 10 分钟，每天 3 到 4 次。

小心处理粘着的眼睑。当一个孩子是细菌引起的结膜炎时，他的眼睛会在夜晚分泌许多脓性分泌物，有时眼睛会因脓性分泌物的粘着而无法睁开。在睡觉前应告诉孩子可能发生什么，这样第二天清晨他醒来时就不会因为不能像平时一样睁眼而感到恐惧。

“温暖的湿敷是使变硬的分泌物软化的最好方法”医学博士、纽约口腔医学药学学院、罗切斯特大学儿科和微生物免疫学副教授福兰西斯·基格里奥迪说。把毛巾放入温热的水中然后把毛巾放到感染的眼睛上。不过要注意这块用过的毛巾不能再让别人使用。否则，也会导致红眼病。

给孩子讲故事或者喂孩子。假如小孩子不愿意让温热的毛巾放在他的眼睛上，你可以在给孩子进行温热敷时，给他读一本他喜欢的书。孟德尔森医生建议。对于婴儿你可以在喂孩子时进行温热敷。

孟德尔森医生说：“给孩子读他喜欢的书经常可以转移孩子的注意力，以使温热敷顺利进行，对于大孩子他们会感觉到温热敷减轻了痛苦，所以他们通常非常合作。”

减少感染的机会。基格里奥迪医生说：“引起红眼的细菌很容易在家庭成员中传播。毛巾、床单、枕套、等被红眼的孩子用过的物品应立即在热水中烫洗。在你将这些物品放入洗衣机后应清洗双手以防感染。”

摘去博士伦。当孩子有红眼病迹象时应摘掉博士伦，孟德尔森医生说。因为红眼病时配带博士伦会导致严重的角膜刺激。

用生理盐水滴眼。从药房买生理盐水给孩子眼中滴

一到两滴，可以缓解眼睛的感染症状，基格里奥迪医生说。“但是假如你的孩子不合作，就不要强行这样做。”

大孩子通常愿意忍受滴眼药水时的奇怪感觉，因为这样可以缓解痛苦。孟德尔森医生说：为防止孩子在滴眼时眨眼，使眼药水外流，你可以告诉孩子注意向前看，而不是盯着药水瓶。。然后轻柔地翻开下眼睑将药水滴入眼睑及眼球之间。

不要让滴管尖触到眼睛，“假如你将滴管触到了眼睛，你可能把细菌吸入瓶中，造成细菌繁殖。”基格里奥迪医生提示。这将导致第二次的感染。

假如你认为你污染了滴管尖部，用生理盐水彻底清洗，在彻底清洗后你还可以再用。但记住不能让家中的其他人共用。当孩子的红眼痊愈后，扔掉滴管、滴瓶及剩下的溶液。

何时去看医生

“当孩子有红眼病时最好能去看医生，但是有些情况下，家长必须带孩子去看病。”医学博士、纽约口腔医学药学学院、罗切斯特大学儿科和微生物免疫学副教授福兰西斯基格里奥迪指出。

当孩子有以下情况时应与医生联系：

- 任何小婴儿的红眼病。
- 疼痛或者视野模糊，这可能是由角膜受伤或虹膜炎症引起，需要不同的治疗。
- 红眼病经药物治疗 2 天后仍然有流脓现象时。
- 经过一周还没有完全康复的红眼病。

斜视：9 种帮助孩子恢复视力的方法

正确地恢复视力

最近你发现当孩子的一只眼睛向前直视时，另一只

眼睛却偏离了方向，斜向一边。对于新生儿来说，眼球的来回移动是很普通的，但随着小儿年龄的增加，他的两只眼睛应在4个月前开始逐步聚焦并协调工作。那么你的孩子究竟是怎么了？

医学博士、达拉斯得克萨斯西南医学院的儿科耳鼻喉学临床助理教授罗伯特·格罗斯医生，福特沃斯儿童医疗中心的儿科耳鼻喉医师说：“有一只眼睛来回移动的小儿可能有弱视，或“懒惰的眼睛”，100个孩子中可能有3个有这种视力问题”，当然你可能关心，当孩子的眼睛游移不定时，看上去会怎样是不是很难看，但还有比这更严重的问题，弱视的眼睛实际上是没有发育到正常视力的眼睛。

弱视必须由眼科医师来确诊，专家指出：由眼科专家予以早期治疗是非常关键的。

为治疗弱视，眼科医师常用一种叫做遮挡法的方法，即：每天用布遮挡住视力正常的眼睛一段时间，使小儿更多依靠弱视的眼睛。这种遮挡越早越好，在孩子2岁时家长可能不愿意这么做，但要在孩子6岁时遮挡更不容易做到。并且，孩子年龄越大，视力好转越困难，所以做好及早治疗。

遮挡必须在医师指导下完成，家应该完全遵从医师的指导，丝毫不差。假如医生建议遮挡，下面的方法将使这种遮挡对你和孩子更为容易、可行。

帮助孩子看到光明。加利福尼亚利蒙格罗弗的视力治疗中心部验光师及主任罗伯特·B·山尼特眼科博士指出：“眼睛上戴上一块遮挡布垫并不是什么有趣的事情。假如你的孩子年龄较大，可以理解你的话时，你应该积极地与孩子解释为什么要这样做。用你的手遮住他正常

的眼睛，然后问他用另一只弱视的眼睛看东西的感觉如何。最后你可以向他解释：这只眼睛视力很差，遮挡的方法将使这只眼睛同另一正常的眼睛一样明亮。”

选择遮挡时间。 格罗斯医生指出：应该为小儿遮挡眼睛留出固定的时间，就把这段时间叫做遮挡时间，并在每天的同一时间进行。这样遮挡就成了常规性的事情，孩子每天这一时刻就知道该做什么，如果他需要每天遮挡 3 个小时，那么他应该选择是那 3 个小时。

在家进行遮挡。 把遮挡时间选在孩子在家时比较好，鼓励他选择一个他不在学校的时间段如：下午 3：00 到 6：00。假如不是当着所有同学的面戴眼垫，孩子的尴尬将少些，而愿意戴眼遮挡垫。

在家进行遮挡的另一重要原因是作为父母可以监督孩子的遮挡全过程。当你不在的时候不要指望保姆来帮你完成这一监督过程。

严防小儿偷看。 只有你的眼科医生为你提供的遮挡垫才可以用来治疗弱视。这些遮垫有两个尺寸，在垫周围有胶合剂，所以遮垫可以牢固地粘在脸上而防止小儿从垫的边隙偷看，小尺寸的遮垫是为约 5 岁的小儿准备的，大些的儿童一般用普通尺寸的遮垫。将遮垫粘在小儿脸上而不是眼镜上，这一点至关重要，因为假如粘在眼镜上，小儿将可能从镜片边缘向外看，那么弱视的眼睛就得不到充分的刺激。

坚持你的原则。 尽最大努力让小儿进行遮挡。不管发生什么，父母双方均应绝对遵守遮挡原则。孩子必须完成遮挡，要严格坚持，不能有例外。即使你放弃了一次，那也将降低你对孩子治愈的信心。

如何对待孩子错误的言行。 格罗斯医生对于不认真

正确配戴或拒绝戴眼垫的儿童有三种建议：首先，坚持你的原则，对配戴眼垫不合作的儿童应该和作错其他事一样进行同样的惩罚。假如在他平时做错事时你这样做：“回你自己的房间里去反省。”那么当他在戴眼垫这件事上犯错时也应该使用同样的方法。

第二，从孩子每天规定的遮挡时间里扣除他遮挡不当的时间，这段时间不能算在遮挡时间内。孩子必须将其补上，他如果认识到这点就会停止遮挡时的不适当行为。

第三，假如小儿为进行某一活动需要将遮垫取下来，那么就不要再让孩子参与进行这一活动。假如小儿看电视时需要将遮垫取下，那么就不要再让其看电视。

记录时间。假如小儿在规定时间内，哪怕是很短的时期内取下了眼垫，也应令其再戴上，如果你不知道孩子是什么时候取下眼垫的，那就让他重新开始遮挡。如果在这一天中没有完成，那么在第二天通过延长时间补上。

和老师谈嘲笑的事。眼垫可能使孩子成为笑柄。所以假如遮挡必须在学校进行时，应争取得到老师的帮助，老师可以给孩子们讲，人和人都是不同的，有高有矮，有胖有瘦。并重点提到：就如同有人戴眼镜，而有人却戴眼垫一样，仅仅是一种不同而已，并不会使人变好或变坏。

提醒学校的护士。凯斯李恩·马亨医学博士，儿童眼科医生、儿科临床教授及内华达医学院外科医生，拉斯维加斯马亨眼科中心主任指出：应该给学校的护士发一张“挡报告卡”，卡上应解释孩子遮挡的原因、需要遮挡的时间。请求得到护士及老师的帮助，让他们在学校

监督孩子的遮挡过程。

何时去看医生

洛山矶 UCLA 医学院及朱利斯坦眼科学会、加利福尼亚大学眼科学教授及副主任谢尔温·埃森伯格医学博士，说：“假如你的孩子有一只‘懒惰’的眼睛，应该尽早去看眼科医生，孩子越早得到治疗，病变康复的可能就越大。”

凯斯李恩·马亨医学博士，儿童眼科医生、儿科临床教授及内华达医学院外科医生，拉斯维加斯马亨眼科中心主任指出：“即使没有明显问题，每个孩子都应在3-4岁间做一次彻底的眼睛检查，假如有弱视的家族史，或斜视（对眼）的诱发因素，你更应尽早让孩子就诊。”

眼科护理专家可能是一个配镜师或眼科医师，二者均能处理视力问题如：弱视，但有时他们却选择不同的方法，眼科医师是医学医师，经过培训和考证，拥有所有眼睛的知识，从检查到手术。而配镜师非医学类医师，他们倾向于非手术治疗。但是他们均会检查眼睛，做出诊断，提供合适的镜片。眼睛发育专家也倡导了一种叫做视力训练的方法，在训练中包含了特殊的眼睛运动。

大多数医学医师和眼科专家用眼垫及特殊的镜片来治疗弱视，主要应用眼垫，必要时才用眼镜。有些病例，弱视由别的眼睛问题引起，有些医学医师建议在用遮挡法将视力提高后，做手术。对那些不愿戴眼垫的儿童，有些特殊的眼药水可以应用，以使正常的眼睛视力模糊，从而刺激小儿用斜视的那只眼睛。

坦言对眼

一只对眼的小熊可能很有趣，但是在真正的生活中对眼的小儿不应该受到嘲笑。在各种斜视中，内斜视是