

Myopie Progressie (Deel 6)

Door: Henri Eek

Inleiding

Myopieprogressie en het daaraan gekoppelde risico op onherstelbaar visusverlies op latere leeftijd is een actueel thema binnen de (oog-)gezondheidszorg. De afgelopen jaren is veel onderzoek naar myopie gedaan waardoor inmiddels veel bekend is over de oorzaken, het verloop van de progressie en de (effectiviteit van) mogelijke behandelopties. Waar veel minder over bekend is, is de beleving van ouders ten aanzien van myopiebehandeling voor hun kinderen. Om die reden heb ik hier, in samenwerking met Cardiff University en de Hogeschool Utrecht, onderzoek naar gedaan. Centraal stond de vraag wat voor ouders faciliterende en beperkende factoren zijn, waardoor ze besluiten om al dan niet over te gaan tot een myopie remmende behandeling voor hun kind.

In het vorige artikel heb ik de ervaringen van ouders met (oog-)zorgverleners besproken. Deze keer wil ik ingaan op het speel- en leesgedrag van de kinderen.

Onderzoeksmethode

Begin 2023 is een online, kwantitatief onderzoek uitgevoerd onder ouders van basisschoolkinderen in de gemeente Zwolle. In totaal hebben 26 basisscholen aan het onderzoek meegedaan. Daarnaast heeft een aantal ouders de vragenlijst op eigen initiatief ingevuld. De ouders is, naast diverse andere onderwerpen, gevraagd naar hert speel- en leesgedrag van hun kind. Voor de analyse van de data is beschrijvende (descriptieve) statistiek gebruikt.

Resultaten

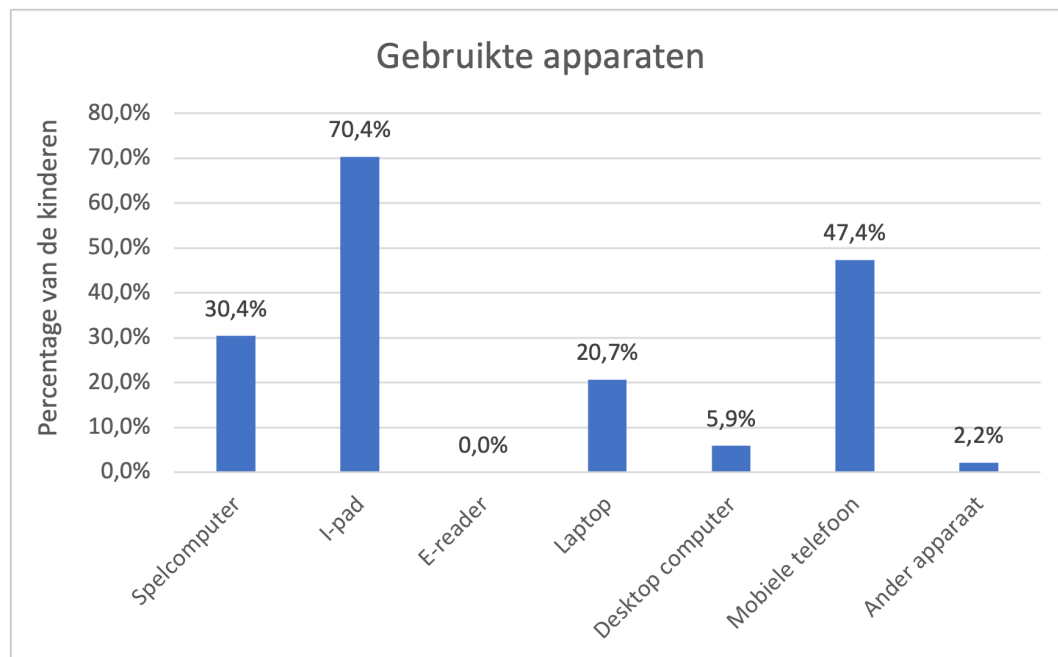
In totaal hebben 135 ouders de vragenlijst ingevuld. De mediaan van het aantal uren per dag dat de kinderen na schooltijd buiten speelden was 1,5 uur (IQR=1). De meeste kinderen speelden tussen 0 en 1 uur per dag buiten (45,9%), 39,3% speelde tussen 1,5 en twee uur buiten. Slechts 20 kinderen (14,8%) speelde meer dan twee uur per dag buiten (Tabel 1).

Aantal uren dat kinderen buiten speelden	Frequentie (N)	Percentage (%)	Cumulatief Percentage (%)
0; 0,5 of 1 uur	62	45,9	45,9
1,5 - 2 uur	53	39,3	85,2
2,5 - 3 uur	9	6,7	91,9
3,5 - 4 uur	5	3,7	95,6
4,5 - 5 uur	6	4,4	100,0
Meer dan 5 uur	0	0,0	100,0
Totaal	135	100,0	100,0

Tabel 1. Aantal uren dat kinderen speelden na schooltijd (n=135)

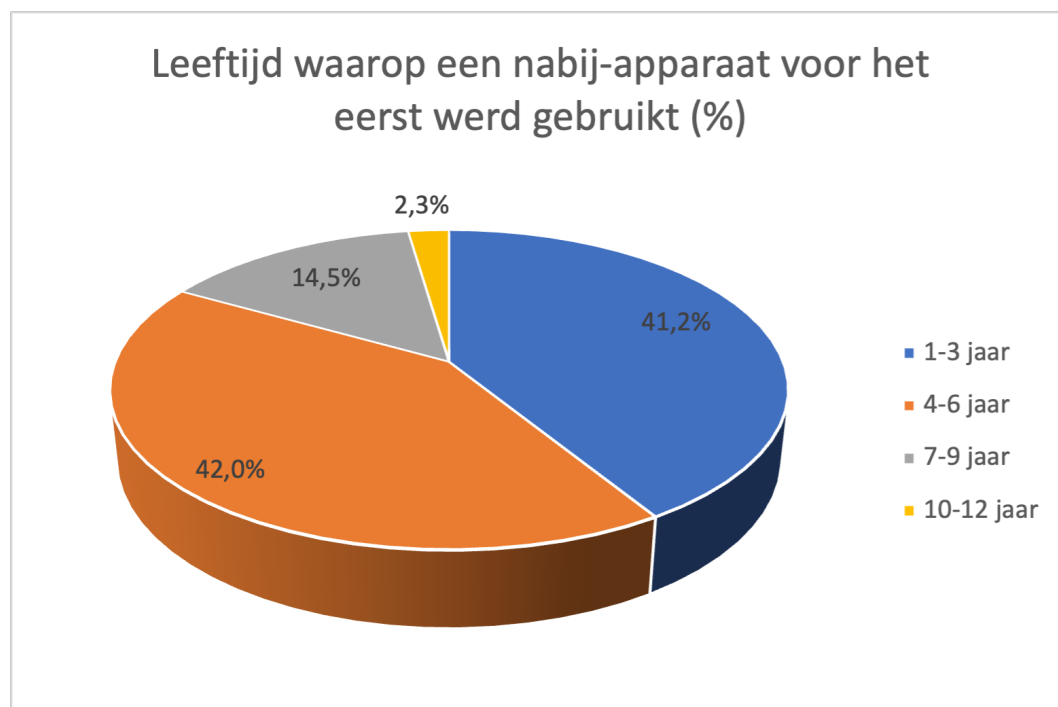
De meeste ouders (50,4%) dachten dat hun kind op school 1 uur per dag buiten speelde, 14,8% dacht dat hun kind 0,5 uur buiten speelde en 15,6% dacht dat hun kind 1,5 uur buiten speelde. Slechts 19,2% dacht dat het aantal uren buiten spelen op school meer dan 1,5 uur bedroeg.

Het apparaat voor nabij dat het meest werd gebruikt was de iPad; van alle 135 kinderen gebruikte 70,4% dit apparaat. Op de tweede plaats kwam de mobiele telefoon (47,4%) en op de derde plaats kwam de spelcomputer (30,4%). Geen enkel kind gebruikte een e-reader. In totaal zijn door de 135 ouders 243 gebruikte apparaten genoemd. Dit betekent dat 108 kinderen meer dan één apparaat gebruikten. Figuur 1 laat zien hoeveel kinderen een bepaald apparaat gebruikten.



Figuur 1. Gebruikte nabij-apparaten (% van alle kinderen, n=243 apparaten gebruikt door 135 kinderen)

De meeste kinderen (24,4%) gebruikten voor het eerst een nabij-apparaat op de leeftijd van vier jaar, 17,6% gebruikte een apparaat voor het eerst op 5 of 6 jarige leeftijd. Van alle kinderen begon 41,2% eerder met het gebruik (respectievelijk 4,6%, 16,8% en 19,8% op de leeftijden 1, 2 en 3 jaar). Slechts 16,8% begon pas na het 6e levensjaar. Er zijn 131 antwoorden gegeven op dit item omdat vier ouders aangaven dat hun kind helemaal geen nabij-apparaat gebruikte. Figuur 2 geeft de leeftijd (in groepen) waarop kinderen voor het eerst een apparaat gebruikten (percentage van de kinderen).



**Figuur 2. Leeftijd waarop de kinderen voor het eerst een nabij-apparaat gebruikten (% kinderen)
(n=131 antwoorden van 135 ouders, 4 kinderen gebruikten geen enkel apparaat)**

Volgens hun ouders hield de meerderheid van de kinderen van lezen (74,1%). Op doordeweekse dagen hielden de meeste kinderen zich tussen de 0 en 1 uur (43,7%) bezig met lezen of spelen op een nabij-apparaat. Voor '1,5-2,0 uur' en '2,5-3,0 uur' waren deze percentages respectievelijk 28,1% en 14,1%. Het meest gegeven antwoord op het aantal uren dat kinderen lasen/speelden was één uur (24,4%). Van alle kinderen las of speelde 14,0% meer dan drie uur. Tabel 2 geeft het aantal uren weer dat kinderen doordeweeks lasen of speelden.

Aantal uren (door de week) dat kinderen lasen of speelden	Frequentie (N)	Percentage (%)	Cumulatief Percentage (%)
0; 0,5 of 1 uur	59	43,7	43,7
1,5 - 2 uur	38	28,1	71,9
2,5 - 3 uur	19	14,1	85,9
3,5 - 4 uur	6	4,4	90,4
4,5 - 5 uur	7	5,2	95,6
Meer dan 5 uur	6	4,4	100,0
Totaal	135	100,0	100,0

Tabel 2. Aantal uren dat kinderen door de week lasen of speelden (n=135)

Tijdens het weekend lasen/speelden kinderen langer, hoewel de meesten nog steeds tussen de 0 en 1 uur (32,6%) per dag lasen/speelden. Voor '1,5-2,0 uur' en '2,5-3,0 uur' waren deze percentages respectievelijk 28,1% en 14,8%. Het meest genoemde aantal uren was twee (20,7%). Van alle kinderen las/speelde 24,4% meer dan drie uur (10,4% meer dan op doordeweekse dagen). Tabel 3 geeft het aantal uren weer dat kinderen in het weekend lasen of speelden.

Aantal uren (in het weekend) dat kinderen lasen of speelden	Frequentie (N)	Percentage (%)	Cumulatief Percentage (%)
0; 0,5 of 1 uur	44	32,6	32,6
1,5 - 2 uur	38	28,1	60,7
2,5 - 3 uur	20	14,8	75,6
3,5 - 4 uur	17	12,6	88,1
4,5 - 5 uur	8	5,9	94,1
Meer dan 5 uur	8	5,9	100,0
Totaal	135	100,0	100,0

Tabel 3. Aantal uren dat kinderen in het weekend lasen of speelden (n=135)

Conclusie

Uit het onderzoek blijkt dat bijna de helft van alle kinderen maximaal een uur per dag buiten speelt. Hier komt nog bij dat het maar de vraag is in hoeverre de kinderen uit de 1,5-2 uur groep uiteindelijk de geadviseerde twee uur buiten spelen volledig halen. Het feit dat kinderen vaak al op zeer jonge leeftijd gebruik maken van een dichtbij-apparaat en het gegeven dat ze dit over het algemeen best wel lang doen (zeker in het weekend) maakt dat er met betrekking tot het creëren van bewustzijn ten aanzien van de 20-20-2 regel nog wel wat te doen is. Wellicht dat een voorlichtingscampagne richting ouders, zorgverleners uit de 1e lijn en mogelijk de basisscholen hierbij zou kunnen helpen.