



Πληροφορίες γλαυκώματος

Μάθετε περισσότερα για το γλαύκωμα και πώς να λάβετε υποστήριξη.

Το ήξερες?

- Το γλαύκωμα είναι μια από τις κύριες αιτίες μη αναστρέψιμης τύφλωσης στην Αυστραλία.
- Υπολογίζεται ότι πάνω από 300.000 Αυστραλοί έχουν γλαύκωμα, αλλά το 50% δεν έχει διαγνωστεί.
- Γνωστό ως «κρυφός κλέφτης της όρασης», το γλαύκωμα αναπτύσσεται αργά και συχνά χωρίς συμπτώματα.
- Η έγκαιρη ανίχνευση και προσήλωση στη θεραπεία είναι σημαντικά για την επιβράδυνση της εξέλιξης του γλαυκώματος.
- Το γλαύκωμα είναι κληρονομικό – έχετε 10 φορές περισσότερες πιθανότητες να εμφανίσετε γλαύκωμα εάν έχετε άμεσο μέλος της οικογένειας με γλαύκωμα.

Ενώ περισσότεροι από 300.000 Αυστραλοί έχουν γλαύκωμα, το 50% παραμένει αδιάγνωστο. Η αυξημένη ευαισθητοποίηση, η έγκαιρη ανίχνευση και η τήρηση της θεραπείας θα σώσουν την αποτρέψιμη απώλεια όρασης.

Τι είναι το γλαύκωμα;

Το γλαύκωμα είναι το όνομα που δίνεται σε μια ομάδα οφθαλμικών παθήσεων όπου η όραση χάνεται λόγω βλάβης στο οπτικό νεύρο. Η απώλεια της όρασης είναι συνήθως βαθμιαία και μπορεί να χαθεί σημαντική ποσότητα περιφερειακής (πλευρικής) όρασης πριν υπάρξει συνειδητοποίηση οποιουδήποτε προβλήματος.

Δυστυχώς δεν υπάρχει θεραπεία για το γλαύκωμα και η απώλεια όρασης είναι μη αναστρέψιμη.



Τι προκαλεί το γλαύκωμα;

Το γλαύκωμα προκαλείται συνήθως από αύξηση της ενδοφθάλμιας πίεσης (IOP) που μπορεί να βλάψει το οπτικό νεύρο. Το επίπεδο αυξημένης πίεσης των ματιών που προκαλεί προοδευτική βλάβη στο οπτικό νεύρο ποικίλλει μεταξύ των ανθρώπων.

Υπάρχουν επίσης δύο ομάδες ατόμων που έχουν είτε υψηλή οφθαλμική πίεση χωρίς γλαύκωμα (γνωστό ως οφθαλμική υπέρταση) είτε φυσιολογική οφθαλμική πίεση με γλαύκωμα (γνωστό ως γλαύκωμα κανονικής πίεσης).

Το μάτι παράγει συνεχώς ένα διαυγές υγρό που ονομάζεται υδατικό χιούμορ το οποίο εκκρίνει στον εαυτό του. Αυτό το υγρό τρέφει το μάτι και το κρατά σε σχήμα. Το υγρό στη συνέχεια αποστραγγίζεται μέσω μιας περιοχής που ονομάζεται γωνία πρόσθιου θαλάμου ή γωνία αποστράγγισης. Εάν υπάρχει ζημιά στη γωνία αποστράγγισης, ο ρυθμός με τον οποίο το μάτι παράγει το υδατικό χιούμορ γίνεται τότε μεγαλύτερος από τον ρυθμό που μπορεί να το στραγγίσει το μάτι - προκαλώντας υψηλό IOP στο μάτι.

Αυτή η αυξημένη πίεση αρχίζει να βλάπτει το οπτικό νεύρο που βρίσκεται στο πίσω μέρος του ματιού. Το οπτικό νεύρο αποτελείται από περίπου ένα εκατομμύριο νεύρα που συνδέουν το πίσω μέρος του ματιού με τον εγκέφαλο. Η βλάβη στα κύτταρα του οπτικού νεύρου οδηγεί σε μη αναστρέψιμη βλάβη στην όραση σας.

Η βλάβη στο οπτικό νεύρο μπορεί να συμβεί ακόμα και όταν η IOP ενός ατόμου βρίσκεται εντός του φυσιολογικού εύρους μεταξύ 10 έως 21 mm Hg. Αυτό ονομάζεται γλαύκωμα χαμηλής ή κανονικής τάσης.

Ποιος κινδυνεύει;

Αν και οποιοσδήποτε μπορεί να αναπτύξει γλαύκωμα, ορισμένοι άνθρωποι διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο.

Οι παράγοντες κινδύνου περιλαμβάνουν:

- Οικογενειακό ιστορικό γλαυκώματος (συγγενείς πρώτου βαθμού)
- Υψηλή πίεση στα μάτια
- Ηλικία άνω των 50 ετών
- Αφρικανική ή ασιατική εθνικότητα
- Διαβήτης
- Μυωπία ή Υπερμετρωπία
- Προηγούμενο ιστορικό τραυματισμού στα μάτια
- Παλαιότερη ή παρούσα παρατεταμένη χρήση φαρμάκων κορτιζόνης (στεροειδή)
- Ημικρανία
- Υψηλή ή χαμηλή αρτηριακή πίεση
- Αποφρακτική άπνοια ύπνου

Τα άτομα με συγγενή πρώτου βαθμού που έχουν γλαύκωμα έχουν 1 στις 4 πιθανότητες να αναπτύξουν γλαύκωμα στη διάρκεια της ζωής τους. Ο κίνδυνος αυξάνεται στο 56% εάν ο συγγενής έχει προχωρημένο γλαύκωμα.

Οι πιο συνηθισμένοι τύποι γλαυκώματος

Πρωταρχικό Open Angle-Glaucoma (POAG)

Αυτή είναι η πιο κοινή μορφή γλαυκώματος στην Αυστραλία. Περιλαμβάνει μια ευρεία ή ανοιχτή γωνία αποστράγγισης που δεν είναι ικανή να αποστραγγίσει επαρκώς το υγρό από το μάτι. Ως αποτέλεσμα, η αυξημένη πίεση των ματιών προκαλεί σταδιακή βλάβη στο οπτικό νεύρο με αποτέλεσμα την απώλεια της περιφερειακής όρασης και τελικά την τύφλωση.

Δεν υπάρχουν προφανή συμπτώματα που να σας προειδοποιούν έως ότου η νόσος προχωρήσει πολύ. Κανονική πίεση Το γλαύκωμα είναι ένας άλλος τύπος γλαυκώματος παρόμοιος με το POAG εκτός του ότι η πίεση των ματιών παραμένει φυσιολογική. Αντιμετωπίζεται επίσης με τον ίδιο τρόπο.

Γλαύκωμα κλεισίματος γωνίας

Το γλαύκωμα αυτού του τύπου είναι το δεύτερο πιο κοινό και περιλαμβάνει στενή γωνία αποστράγγισης. Σε αυτήν την περίπτωση, η ίριδα (έγχρωμο τμήμα του ματιού) είναι συνήθως πολύ κοντά στη γωνία αποστράγγισης και μπορεί να εμποδίσει τη διέλευση του υγρού. Εάν το γωνιακό κλείσιμο πραγματοποιηθεί ξαφνικά, το ΙΟΡ μπορεί να αυξηθεί απότομα προκαλώντας επίθεση γλαυκώματος. Το οξύ κλείσιμο γωνίας είναι ιατρική κατάσταση έκτακτης ανάγκης που απαιτεί επείγουσα θεραπεία.



Ποια είναι τα συμπτώματα;

Πρωταρχικό γλαύκωμα Open Angle (POAG)

- Δεν υπάρχουν συμπτώματα πρώιμου σταδίου για το POAG.
- Η έγκαιρη ανίχνευση με οφθαλμολογική εξέταση είναι ο μόνος τρόπος ανίχνευσης αλλαγών στο οπτικό πεδίο και βλάβης του οπτικού νεύρου

Γλαύκωμα οξείας κλεισίματος γωνίας

- Σοβαρός πόνος στα μάτια που σχετίζεται με ναυτία και έμετο.
- Πονοκέφαλος.
- Ξαφνική έναρξη θολής όρασης ή βλέποντας φωτοστέφανα γύρω από το φως.
- Υγρά μάτια.

Το γλαύκωμα είναι γνωστό ως «κρυφός κλέφτης της όρασης», καθώς συχνά δεν υπάρχουν εμφανή οπτικά συμπτώματα στα αρχικά του στάδια.

Πώς εντοπίζεται το γλαύκωμα;

Το γλαύκωμα δεν μπορεί να εντοπιστεί μόνο του. Μόνο ένας οπτικός ή ένας οφθαλμίατρος μπορεί να καθορίσει εάν έχετε γλαύκωμα ή όχι. Κατά τη διάρκεια μιας εξέτασης γλαυκώματος ο ιατρός σας θα:

- Μετρήσει την πίεση των ματιών σας, επίσης γνωστή ως ενδοφθάλμια πίεση (IOP).
- Ελέγξε τη γωνία αποστράγγισης των ματιών σας.
- Εξετάστε το οπτικό σας νεύρο για βλάβη.
- Ελέγξε την κεντρική και περιφερειακή όραση.
- Τραβήξετε μια φωτογραφία ή μια μέτρηση του υπολογιστή του οπτικού σας νεύρου.
- μετρήσει το πάχος του κερατοειδούς σας.

Είναι σημαντικό να θυμόμαστε ότι τα συνδυασμένα αποτελέσματα των παραπάνω εξετάσεων θα καθορίσουν τη διάγνωση του γλαυκώματος και ότι κανένα μεμονωμένο τεστ δεν μπορεί να οδηγήσει σε διάγνωση.



Πώς αντιμετωπίζεται το γλαύκωμα;

Αν και δεν υπάρχει θεραπεία για το γλαύκωμα, συνήθως μπορεί να ελεγχθεί έτσι ώστε η περαιτέρω απώλεια της όρασης να μπορεί να προληφθεί ή να επιβραδυνθεί. Η θεραπεία για το γλαύκωμα αποτελείται από οφθαλμικές σταγόνες, θεραπεία με λέιζερ, χειρουργική επέμβαση ή συνδυασμό των τριών.

Σταγόνες για τα μάτια

Οι οφθαλμικές σταγόνες λειτουργούν με δύο τρόπους:

- Μειώνουν την ποσότητα του υδατικού υγρού που εκκρίνεται στο μάτι και
- Βοηθάει τη ροή του υδατικού υγρού να ρέει καλύτερα από τη γωνία αποστράγγισης.

Θεραπεία με λέιζερ

- Επιλεκτική Laser Trabeculoplasty (SLT): Χρησιμοποιείται γενικά για τη μείωση του ΙΟΡ για το πρωτογενές γλαύκωμα ανοικτής γωνίας. Το SLT χρησιμοποιεί βραχείς παλμούς χαμηλού ενεργειακού φωτός στη γωνία αποστράγγισης για να βοηθήσει στην καλύτερη εκροή υδατικού υγρού.
- Περιφερική Ιριδοτομή (PI): Χρησιμοποιείται γενικά για τη μείωση της ΙΟΡ για γλαύκωμα κλεισίματος γωνίας. Χρησιμοποιείται λέιζερ για τη δημιουργία μιας μικρής τρύπας στην περιφερειακή ίριδα που βοηθά στη ροή του υδατικού υγρού στη γωνία αποστράγγισης.

Χειρουργική επέμβαση

- Τραβεκλεκτομή: Δημιουργείται ένα μικροσκοπικό πτερύγιο στο άσπρο μέρος του ματιού και σχηματίζεται μια φυσαλίδα διήθησης (όπως μια τσέπη) κάτω από τον επιπεφυκότα. Και τα δύο είναι κρυμμένα κάτω από το πάνω βλέφαρο. Το υδατικό χιούμορ είναι ικανό να στραγγίσει έξω από το μάτι μέσω του πτερυγίου και στη συνέχεια μέσα στη φλύαρα όπου απορροφάτε - μειώνοντας το ΙΟΡ στο μάτι.
- Ελάχιστη επεμβατική χειρουργική επέμβαση γλαυκώματος (MIGS): Οι διαδικασίες MIGS λειτουργούν παρακάμπτοντας την απόφραξη στη γωνία αποστράγγισης και βοηθώντας το υγρό μέσα στο μάτι να αποστραγγιστεί μέσω διαφορετικών οδών. Μερικοί τύποι MIGS περιλαμβάνουν: - iStent Inject - Hydrus - Xen Gel Glaucoma Implant Η θεραπεία μπορεί να αποτρέψει περαιτέρω απώλεια όρασης, αλλά δεν βελτιώνει την όραση των ματιών ή δεν επιδιορθώνει την όραση που έχει ήδη χαθεί λόγω βλάβης του οπτικού νεύρου.

Γλαύκωμα και η οικογένειά σας

Σε πολλές περιπτώσεις, το γλαύκωμα είναι μια κληρονομική (γενετική) ασθένεια που μεταδίδεται εντός των οικογενειών και υπάρχει αυξημένος κίνδυνος με άμεσους συγγενείς.

Οι συγγενείς πρώτου βαθμού (γονείς, αδέρφια και παιδιά) διατρέχουν μεγαλύτερο κίνδυνο - έχουν σχεδόν 1 στις 4 πιθανότητες να αναπτύξουν γλαύκωμα στη ζωή τους. Αυτός ο κίνδυνος διπλασιάζεται εάν ο συγγενής του έχει προχωρημένο γλαύκωμα.

Ο καλύτερος τρόπος για να προστατέψετε τα μάτια σας από το γλαύκωμα είναι να κάνετε μια ολοκληρωμένη εξέταση των ματιών, η οποία περιλαμβάνει έναν έλεγχο οπτικού νεύρου. Εάν έχετε οικογενειακό ιστορικό γλαυκώματος, συνιστάται να ελέγχετε τα μάτια σας για γλαύκωμα κάθε 2 χρόνια από την ηλικία των 40 ετών.

Εάν κάποιος στην οικογένειά σας έχει γλαύκωμα, δοκιμάστε τα μάτια σας - είναι εύκολο και απλώς μπορεί να σώσει την όρασή σας.

Πώς μπορούμε να βοηθήσουμε?

Το Glaucoma Australia προσφέρει ΔΩΡΕΑΝ εκπαίδευση και υποστήριξη σε άτομα που ζουν με γλαύκωμα.

Εάν εσείς ή κάποιος που φροντίζετε έχει διαγνωστεί με γλαύκωμα, σας συνιστούμε να γίνετε μέλος της κοινότητάς μας για πρόσβαση σε δωρεάν πόρους, καθοδήγηση και υποστήριξη.

Γίνετε μέλος της κοινότητάς μας στο διαδίκτυο

glaucoma.org.au/get-support

Καλέστε τη δωρεάν γραμμή υποστήριξης

1800 500 880

Βρείτε μας στο Facebook

facebook.com/glaucoma.australia