



معلومات حول المياه الزرقاء – الجلوكوما

تعرف على المزيد حول الجلوكوما وكيفية الحصول على الدعم.

هل كنت تعلم؟

- تعتبر الجلوكوما أحد الأسباب الرئيسية للعمى الذي لا يمكن علاجه في أستراليا.
- تشير التقديرات إلى أن أكثر من ٣٠٠,٠٠٠ أسترالي يعانون من الجلوكوما، لكن ٥٠% منهم لم يتم تشخيصهم.
- المعروف باسم "سارق البصر" يتطور ببطء وغالباً بدون أعراض.
- يعد الاكتشاف المبكر والالتزام بالعلاج أمراً مهماً لإبطاء تقدم الجلوكوما.
- الجلوكوما مرض وراثي - تزداد احتمالية إصابتك بعشر مرات إذا كان لديك فرد مباشر من العائلة مصاب بالجلوكوما.

في حين أن أكثر من ٣٠٠,٠٠٠ من أسترالي يعانون من الجلوكوما، فإن ٥٠% منهم لا يتم تشخيصهم. زيادة الوعي والاكتشاف المبكر والالتزام بالعلاج سيوفر فقدان البصر الذي يمكن الوقاية منه.

ما هي الجلوكوما؟

الجلوكوما هو الاسم الذي يطلق على مجموعة من أمراض العيون حيث تفقد الرؤية بسبب تلف العصب البصري. عادة ما يكون فقدان البصر تدريجياً وقد يُفقد قدر كبير من الرؤية المحيطية (الجانبية) قبل أن يكون هناك وعي بأي مشكلة. للأسف لا يوجد علاج للجلوكوما، وفقدان البصر نتيجة المرض لا رجعة فيه.

ما الذي يسبب الجلوكوما؟

عادة ما تحدث الجلوكوما بسبب زيادة ضغط العين (IOP) الذي يمكن أن يتلف العصب البصري. مستوى ضغط العين المرتفع الذي يسبب ضرراً تدريجياً للعصب البصري يختلف بين الأشخاص.

هناك أيضاً مجموعتان من الأفراد الذين يعانون من المرض؛ إما من ارتفاع ضغط العين بدون الجلوكوما (المعروف باسم ارتفاع ضغط الدم في العين) أو ضغط العين الطبيعي مع الجلوكوما (المعروف باسم الجلوكوما ذات الضغط الطبيعي).

تنتج العين باستمرار سائلاً المائي للعين. هذا السائل يغذي العين ويحافظ على شكلها، ثم يتم تصريف السائل من خلال منطقة تسمى غرفة العين الأمامية أو زاوية الصرف. إذا كان هناك ضرر لزاوية التصريف، فإن المعدل الذي تنتج فيه العين السائل المائي يصبح أكبر من المعدل الذي يمكن لتصريفه - مما يتسبب في ارتفاع ضغط العين داخل العين.

يبدأ هذا الضغط المتزايد في إتلاف العصب البصري الموجود في مؤخرة العين. فان العصب البصري يتكون من حوالي مليون عصب يصل الجزء الخلفي من العين بالدماغ. ينتج عن خسارة خلايا العصب البصري تلف لا يمكن إصلاحه لبصرك.

يمكن أن يحدث التلف في العصب البصري حتى عندما يكون ضغط العين داخل النطاق الطبيعي بين ١٠ إلى ٢١ ملم زئبق (10-21 Hg mm). وهذا ما يسمى بزرق التوتر الطبيعي او زرق منخفض التوتر.



من هو عرضة للخطر؟

على الرغم من أن أي شخص قد يصاب بمرض الجلوكوما، إلا أن بعض الأشخاص يكونون أكثر عرضة للإصابة به. تشمل عوامل الخطر ما يلي:

- تاريخ سابق لإصابة العين
- تاريخ عائلي من الجلوكوما (أقارب من الدرجة الأولى)
- الاستخدام المطول السابق أو الحالي لعقاقير الكورتيزون (المنشطات)
- ارتفاع ضغط العين
- العمر فوق الخمسين
- صداع نصفي
- العرق الأفريقي أو الآسيوي
- ارتفاع ضغط الدم أو انخفاضه
- داء السكري
- انقطاع النفس خلال النوم
- قصر النظر أو طوله

الأشخاص الذين لديهم قريب من الدرجة الأولى مصاب بمرض الجلوكوما لديهم فرصة ١ من ٤ للإصابة بالجلوكوما في حياتهم. يرتفع الخطر إلى ٥٦% إذا كان القريب يعاني من الجلوكوما في مراحل متقدمة.

أنواع الجلوكوما الأكثر شيوعًا

الزرق او الجلوكوما مفتوح الزاوية (POAG)

هذا هو الشكل الأكثر شيوعًا من الجلوكوما في أستراليا. إن العين تحتوي على زاوية تصريف واسعة أو مفتوحة لا يمكنها تصريف السائل المائي بشكل كافٍ من العين. ونتيجة لذلك، يؤدي ارتفاع ضغط العين إلى تلف تدريجي للعصب البصري مما يؤدي إلى فقدان الرؤية المحيطية وفقدان البصر في النهاية. لا توجد أعراض واضحة لتنبهك حتى يتقدم المرض للغاية. الزرق ذو التوتر الطبيعي هو نوع آخر من الجلوكوما يشبه الزرق مفتوح الزاوية، باستثناء أن ضغط العين يظل طبيعيًا، كما يتم التعامل معها بنفس الطريقة.

زرق انسداد الزاوية (PCAG)

يعتبر الجلوكوما من هذا النوع هو الثاني الأكثر شيوعًا ويحتوي على زاوية تصريف ضيقة. في هذه الحالة، تكون قُرحية العين (الجزء الملون من العين) قريبة جدًا من زاوية التصريف ويمكن أن تمنع مرور السائل المائي عبرها. إذا حدث إغلاق الزاوية بشكل مفاجئ، فقد يرتفع ال IOP فجأة مما يتسبب في زرق انسداد الزاوية الحاد (AACG). إغلاق الزاوية الحاد هو حالة طبية طارئة تتطلب علاجًا عاجلاً.



كيف يتم علاج الجلوكوما؟

على الرغم من عدم وجود علاج للجلوكوما، إلا أنه يمكن السيطرة عليه عادةً بحيث يمكن منع فقدان البصر أو إبطائه. يتكون علاج الجلوكوما من قطرات العين، أو العلاج بالليزر، أو الجراحة، أو مزيج من الثلاثة.

قطرات العين

تعمل قطرات العين بطريقتين:

- أنها تقلل من كمية السائل المائي التي تفرز في العين، و
- مساعدة السائل المائي على التدفق بشكل أفضل من زاوية الصرف.

علاج الليزر

- العلاج بالليزر الانتقائي – او المعروف بالاسم SLT: يستخدم بشكل عام لخفض ضغط العين الداخلي من أجل الجلوكوما ذات الزاوية المفتوحة. يستخدم SLT نبضات قصيرة من ضوء منخفض الطاقة على زاوية الصرف للمساعدة في تدفق أفضل للسائل المائي.
- ليزر القزحية – او المعروف بالاسم PI: يستخدم بشكل عام لخفض ضغط العين الداخلي من أجل زرق انسداد الزاوية. يستخدم الليزر لعمل ثقب صغير في طرف القزحية مما يساعد في تدفق السائل المائي إلى زاوية التصريف.

الجراحة

- استئصال الشبكة التريبيقية (Trabeculectomy): يتم إنشاء سديلة صغيرة في الجزء الأبيض من العين ويتم تشكيل فقاعة ترشيح (مثل الجيب) تحت الغشاء المبطن للجفن. كلاهما مخفي تحت الجفن العلوي. السائل المائي قادر على التصريف من العين من خلال السديلة ثم إلى الفقاعة حيث يتم امتصاصها - مما يؤدي إلى خفض الضغط في العين.
- جراحة الجلوكوما/MIGS: تعمل إجراءات MIGS على تجاوز الانسداد في زاوية الصرف ومساعدة السائل داخل العين على التصريف عبر طرق مختلفة. MIGS تتضمن بعض الأنواع:
 - iStent Inject
 - Hydrus
 - Xen Gel Glaucoma Implant

يمكن أن يمنع العلاج المزيد من فقدان البصر ولكنه لا يحسن البصر، أو يصلح الرؤية المفقودة بالفعل بسبب تلف العصب البصري.



**Glaucoma
Australia**
Saving sight

الجلوكوما وعائلتك

في كثير من الحالات، يكون الجلوكوما مرضًا وراثيًا ينتقل داخل العائلات، وهناك خطر متزايد مع الأقارب المباشرين.

الأقارب من الدرجة الأولى (الآباء والأشقاء والأطفال) معرضون لخطر أكبر - لديهم فرصة تقارب ١ من ٤ للإصابة بالجلوكوما في حياتهم. يتضاعف هذا الخطر إذا كان قريبهم يعاني من الجلوكوما المتقدم.

أفضل طريقة لحماية بصرك من الجلوكوما هي إجراء فحص شامل للعين، والذي يتضمن فحصًا للعصب البصري. إذا كان لديك تاريخ عائلي من الجلوكوما، فمن المستحسن أن تقوم بفحص عينيك للكشف عن الجلوكوما كل عامين من سن الأربعين عامًا.

إذا كان أحد أفراد عائلتك مصابًا بمرض الجلوكوما، فقم بإجراء فحص لعينيك - فهذا سهل وقد ينقذ بصرك.

كيف يمكننا المساعدة؟

تقدم Glaucoma Australia التعليم المجاني والدعم للأشخاص الذين يعانون من الماء الأزرق.

إذا تم تشخيصك أنت أو أي شخص تقوم على رعايته بمرض الماء الأزرق، فننصحك بالانضمام إلى مجتمعنا للوصول

إلى الموارد والتوجيه والدعم مجانًا.

انضم إلى مجتمعنا عبر الإنترنت

glaucoma.org.au/registration

اتصل بخط الدعم المجاني

880 500 1800

تجدنا على الفيس بوك

facebook.com/glaucoma.australia