

دژنرسانس وابسته به سن ماکولا

دژنرسانس ماکولا چیست؟

دژنرسانس وابسته به سن ماکولا (AMD) یک بیماری چشمی است که یک یا هر دو چشم بسیاری از افراد بالاتر از ۵۰ سال را درگیر می کند. در این بیماری ماکولا یا بخش مرکزی شبکیه دچار مشکل می شود. معمولاً در موارد پیشرفته دید جانبی بیمار حفظ می شود. دژنرسانس ماکولا دو نوع خشک و مرطوب دارد

انواع دژنرسانس ماکولا کدامند؟

دژنرسانس نوع خشک (Dry AMD)

شایعترین نوع دژنرسانس ماکولا است. در مراحل اولیه تغییرات زیادی در دید بیمار ایجاد نمی شود. در این شرایط مواد اضافی به شکل رسوبات زرد رنگ به نام دروزن (Drusen) در زیر شبکیه دیده می شوند.

با گذشت زمان به تدریج دید مرکزی بیمار کاهش می یابد و ممکن است بیمار متوجه نقاط کور در دید مرکزی خود شود و رنگ ها کم رنگ تر به نظر آیند. به تدریج شبکیه در مناطقی نازک می شود. در این بیماری دید از دست رفته بیمار باز نمی گردد، اما با استفاده از مکمل های غذایی می توان تا حدی از پیشرفت آن جلوگیری نمود. این نوع بیماری می تواند به نوع مرطوب دژنرسانس ماکولا تبدیل شود، لذا لازم است این بیماران تحت نظر چشم پزشک باشند.

دژنرسانس نوع مرطوب (Wet AMD)

شیوع آن بسیار کمتر از نوع خشک است، ولی از نظر تاثیر بر دید مرکزی پرخطرتر می باشد. این بیماران ممکن است به طور ناگهانی متوجه نقاط تاریک یا کور، اعوجاج تصویر و کاهش دید مرکزی خود شوند. علت آن، ایجاد و رشد عروق ظریفی در زیر شبکیه است. این رگ ها باعث نشت مایع و خون در زیر قسمت مرکزی شبکیه و به دنبال آن برجستگی آن ناحیه، اعوجاج تصویر و کاهش دید مرکزی می شوند.

با گذشت زمان این رگ های ظریف بزرگتر شده و میزان نشت مایع و خون از آنها افزایش یافته و همچنین تخریب بافت شبکیه با شدت بیشتری صورت می گیرد. لذا در نوع مرطوب دژنرسانس ماکولا هر چه بیماری در مراحل زودتر تشخیص داده شود، شانس بیشتری برای حفظ دید باقیمانده و در مواردی افزایش دید وجود خواهد داشت. به همین علت انجام بررسی های منظم توسط خود بیمار و نیز چشم پزشک ضروری است.

دژنرسانس ماکولا چگونه تشخیص داده می شود؟

معاینات چشمی منظم توسط چشم پزشک، باعث تشخیص بیماری در مرحله بدون علامت می شود. لذا انجام معاینات منظم مطابق الگوی زیر برای تمام بیماران توصیه می شود:

حداقل یک بار در طی دهه سوم زندگی
حداقل دو بار در طی دهه چهارم زندگی
هر ۲ تا ۴ سال در سنین ۴۰ تا ۶۴ سالگی
هر ۱ تا ۲ سال بعد از ۶۵ سالگی

در صورتی که متخصص چشم در معاینه علائمی به دژنراسانس ماکولا بیابد، ممکن است برای تایید تشخیص، عکسبرداری از شبکیه را توصیه کند. با آنژیوگرافی چشم می توان انواع مختلف دژنراسانس ماکولا را از یکدیگر تشخیص داد.

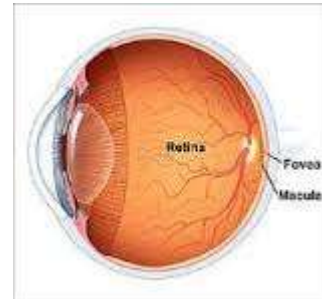
یکی از روش های بسیار مقید برای ارزیابی میزان پیشرفت بیماری که توسط خود بیمار انجام می شود، ارزیابی کیفیت دید مرکزی با استفاده از جدول آملر است.

یکی از روش های بسیار مقید برای ارزیابی میزان پیشرفت بیماری که توسط خود بیمار انجام می شود، ارزیابی کیفیت دید مرکزی با استفاده از جدول آملر است.

هنگام استفاده از این جدول به نکات زیر دقت کنید.

۱- لازم است از جدول آملر با اندازه واقعی استفاده کنید، لذا برگه جدول آملر را از پزشک خود بخواهید.

۲- جدول را در فاصله ۳۳ سانتی متری چشم خود نگه دارید.



۳- چشم مقابل را ببینید و برای چشم مورد نظر در صورت نیاز، از عینک نزدیک استفاده کنید.

۴- به نقطه سیاه مرکزی جدول خیره شوید و هر گونه تغییر در خطوط جدول ، اعم از اعوجاج خطوط یا لکه های سیاه را ثبت نمایید.

دژنراسانس ماکولا چگونه درمان می شود؟

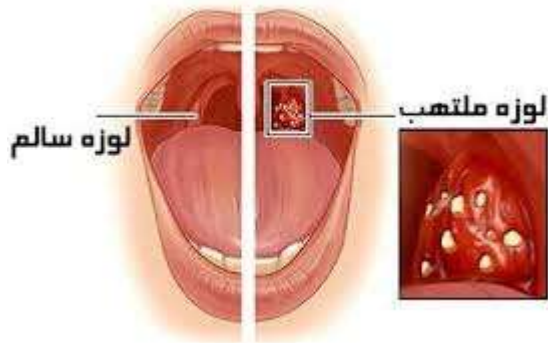
درمان نوع مرطوب دژنراسانس ماکولا

درمان نوع مرطوب شامل استفاده از لیزر حرارتی، لیزر ویژه عروق زیر شبکیه و تزریق داروهای مهار کننده رشد عروق زیر شبکیه می باشد. هدف از درمان در مرحله اول ، جلوگیری از رشد ضایعه و محدودتر کردن آن می باشد. باید به خاطر داشت که هر چه درمان ضایعه در مراحل ابتدایی تری انجام شود، نتیجه نهایی بهتر خواهد بود، ولی با وجود تمام درمان ها باز هم ممکن است بیماری در مواردی به رشد خود ادامه دهد. لذا ممکن است از چند نوع درمان برای یک بیمار خاص استفاده شود. در طی پیگیری احتمال نیاز به تکرار درمان وجود دارد.



مرکز آموزشی درمانی امام خمینی (ره)

دستورات پس از جراحی لوزه



بخش چشم

اگر سیگار می کشید باید توجه داشته باشید که در مطالعات مختلف سیگار باعث تشدید دژنرسانس ماکولا شده و لازم است هر چه سریع تر آن را قطع کنید.

فشار خون خود را به خوبی کنترل کنید.

ورزش کنید و وزن خود را کم کنید.

چشمان خود را استفاده از عینک آفتابی و کلاه از اشعه خورشید محافظت کنید.

استفاده از وسایل کمک بینایی

وسایل کمک بینایی از قبیل عینک های مخصوص، ذره بین ها و کتاب های با حروف درشت می تواند به بیمار کمک کند تا بتواند با وجود بیماری دژنرسانس ماکولا کماکان زندگی فعالی داشته باشد.

درمان نوع خشک دژنرسانس ماکولا

در حال حاضر، درمانی برای این نوع وجود ندارد. تحقیقات نشان داده است که مصرف مکمل های ویتامینی ، پیشرفت بیماری را کندتر می کنند ولی قادر به بهبودی بیماری نمی باشند و در واقع بیشتر نقش پیشگیری کننده دارند.

چگونه چشمان خود را از بیماری محافظت کنیم؟

از سبزیجات و میوه حات تازه بیشتر استفاده کنید.

قرص های حاوی مولتی ویتامین و املاح که برای دژنرسانس ماکولا و با ترکیبات معین ساخته شده را با دستور پزشک استفاده نمایید.