

Τα μάτια μας μιλούν και λένε πολλά...για την υγεία μας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Για κοίτα με λοιπόν στα μάτια και εξηγήσου έλεγε ένα παλιό τραγούδι και αν όλοι το κάναμε, ίσως και να προλαβαίναμε ασθένειες όπως ο διαβήτης, η υψηλή χοληστερίνη ή ακόμα και διάφορες παθήσεις του ήπατος.

Η διαφάνεια στα μάτια εξηγεί γιατί κοινές ασθένειες των ματιών όπως γλαύκωμα, καταρράκτης και εκφύλιση της ωχράς κηλίδας μπορούν να εντοπιστούν έγκαιρα με τακτικές οφθαλμολογικές εξετάσεις, λένε οι ειδικοί. Ποιες άλλες ασθένειες μας προειδοποιούν...κοιτώντας μας κατάματα;

Φρύδια που εξαφανίζονται

Όταν η εξωτερική πλευρά των φρυδιών (το τμήμα δηλαδή που βρίσκεται πλησιέστερα προς τα αυτιά) αρχίζει να εξαφανίζεται από μόνη της, αυτό είναι ένα κοινό σύμπτωμα της νόσου του θυρεοειδούς, είτε πρόκειται για υπερθυρεοειδισμό ή υποθυρεοειδισμό. Ο θυρεοειδής είναι ένας μικρός αλλά κρίσιμος αδένας που βοηθά στη ρύθμιση του μεταβολισμού.

Κιτρινωπό μπάλωμα στο βλέφαρο

Τα μικροσκοπικά, κίτρινα εξογκώματα είναι συνήθως μια προειδοποίηση ότι μπορεί να έχετε υψηλή χοληστερόλη. Ονομάζονται «χτυπήματα χοληστερόλης» και στην ουσία είναι μιας μορφής λιπώματα. Μερικές φορές οι άνθρωποι μπερδεύουν αυτά τα εξογκώματα με το κριθαράκι αλλά τα ξανθελάσματα, όπως είναι ο ιατρικός τους όρος, είναι αρκετά μικρά και περισσότερα από ένα.

Κάψιμο στα μάτια και θολή όραση (κατά τη χρήση υπολογιστή)

Θα μπορούσε να είναι μία ένδειξη εργασιομανίας και να πάσχετε από το «σύνδρομο όρασης υπολογιστών» (CVS). Πρόκειται για την κούραση των ματιών που προκαλείται εν μέρει από την έλλειψη της αντίθεσης στην οθόνη του υπολογιστή (σε σύγκριση με το μελάνι στο χαρτί) και την επιπλέον εργασία, που εμπλέκεται στην εστίαση του φωτός σε pixels. Επειδή μάλιστα, όσο μεγαλώνει κάποιος, τα μάτια χάνουν κάποια από την ικανότητά τους να παράγουν δάκρυα, ο ερεθισμός, η θολότητα και η δυσφορία είναι αναπόφευκτες συνέπειες.

Ένα μικρό τυφλό σημείο στο οπτικό σας πεδίο, με λαμπιρίζοντα φώτα ή μια κυματιστή γραμμή

Μια οφθαλμική ημικρανία (ή οπτική ημικρανία ή αύρα ημικρανίας) παράγει αυτή τη διαταραγμένη όραση, είτε συνοδεύεται από πονοκέφαλο είτε όχι. Η αιτία πιστεύεται ότι αφορά στις αλλαγές στη ροή του αίματος προς τον εγκέφαλο. Στην περίπτωση της οφθαλμικής ημικρανίας, η οπτική παραμόρφωση αρχίζει στο κέντρο του οπτικού πεδίου και μπορεί να φαίνεται ως μια φωτεινή κουκκίδα, τελείες ή μια κυματιστή γραμμή. Πρόκειται για μία ανώδυνη, χωρίς μόνιμη βλάβη ασθένεια που καλό θα ήταν όμως να τη δει ο γιατρός σας.

Κοκκινίλα και φαγούρα στα μάτια

Πολλά πράγματα μπορεί να ερεθίσουν τα μάτια αλλά αν η φαγούρα συνοδεύεται από φτέρνισμα, βήχα, ρινική συμφόρηση ή / και ρινική καταρροή συνήθως πρόκειται για «αλλεργία» και οι αιτίες βρίσκονται συνήθως στον αέρα, στην έξαρση γύρης, τη σκόνη ή ενδεχομένως σε κάποιο ζώο.

Το λευκό του ματιού γίνεται κίτρινο

Δύο ομάδες ατόμων που παρουσιάζουν συχνά αυτό το σύμπτωμα, γνωστό ως ίκτερος, είναι τα νεογνά με ανώριμη λειτουργία του ήπατος και οι ενήλικες με προβλήματα των αγωγών του ήπατος, της χοληδόχου κύστης ή των χοληφόρων, όπως η ηπατίτιδα και η κίρρωση. Το κίτρινο στο λευκό μέρος του ματιού (το σκληρό χιτώνα) προκαλείται από μια συγκέντρωση της χολερυθρίνης, το υποπροϊόν ερυθρών αιμοσφαιρίων που το ήπαρ αδυνατεί να επεξεργαστεί.

Θολή όραση σε διαβητικό

Οι διαβητικοί διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο για διάφορα προβλήματα στα μάτια,

όπως το γλαύκωμα και ο καταρράκτης. Αλλά η πιο κοινή απειλή για την όραση είναι η διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια, στην οποία ο διαβήτης επηρεάζει το κυκλοφορικό σύστημα του οφθαλμού. Είναι η κύρια αιτία τύφλωσης σε ενήλικες διαβητικούς. Ωστόσο οι αλλαγές που συνδέονται με τη διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια τείνουν να εμφανίζονται σε άτομα που πάσχουν για μεγάλο χρονικό διάστημα, όχι σε εκείνους που έχουν διαγνωστεί πρόσφατα.

Ξαφνική διπλή ή αμυδρή όραση ή απώλεια όρασης

Πρόκειται για τα οπτικά προειδοποιητικά σημάδια του εγκεφαλικού επεισοδίου. Άλλα σημάδια περιλαμβάνουν ξαφνικό μούδιασμα ή αδυναμία στο χέρι, το πόδι ή το πρόσωπο, συνήθως σε μία μόνο πλευρά του σώματος, απώλεια ισορροπίας ή συντονισμού, προβλήματα στην ομιλία κ.λπ

Ξηροφθαλμία με ευαισθησία στο φως

Πρόκειται για το σύνδρομο Sjogren, μία διαταραχή του ανοσοποιητικού συστήματος, που επηρεάζει τους αδένες στα μάτια και το στόμα. Επηρεάζει συνήθως τις γυναίκες άνω των 40 ετών με αυτοάνοσες παθήσεις όπως η ρευματοειδής αρθρίτιδα ή ο λύκος ενώ στις περισσότερες περιπτώσεις τα μάτια και το στόμα επηρεάζονται από κοινού.

Το άτομο μπορεί επίσης να παρουσιάσει κολπική ξηρότητα, ξηρά ιγμόρεια και ξηρό δέρμα, ενώ λόγω της έλλειψης του σάλιου, μπορεί να είναι δύσκολο να μασήσει και να καταπιεί.

Όποιο σύμπτωμα και αν παρατηρήσετε βέβαια, η καλύτερη και ασφαλέστερη τακτική είναι να ενημερώσετε τον γιατρό σας.

Πηγή: clickatlife.gr