

Εκφύλιση ωχράς κηλίδας: Πώς θα προλάβετε την σοβαρή πάθηση των ματιών

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Η ωχρά κηλίδα είναι μια μικρή περιοχή του αμφιβληστροειδούς στο πίσω μέρος του ματιού. Όταν η ωχρά κηλίδα δεν λειτουργεί σωστά η κεντρική όραση είναι θολή και εμφανίζει περιοχές σκοτεινές ή παραμορφωμένες.

Οι παθήσεις της ωχράς είναι μεταξύ των κυριοτέρων αιτίων τύφλωσης ατόμων τρίτης ηλικίας στο δυτικό κόσμο.

Η ηλικιακή εκφύλιση ωχράς κηλίδας ξεκινά με σημαντική απώλεια όρασης (μείωση οπτικής οξύτητας), παραμόρφωση αντικειμένων (μεταμορφωψίες) και μαύρη κηλίδα στο κέντρο της όρασης (κεντρικό σκότωμα). Αν μείνει χωρίς θεραπεία, το 50% των ασθενών οδηγείται σε τύφλωση μέσα σε δύο χρόνια.

Καθοριστικό ρόλο στη βέλτιστη θεραπευτική ανταπόκριση των ασθενών παίζει η έγκαιρη διάγνωση, η έγκαιρη θεραπεία των ασθενών, καθώς και ο τακτικός μηνιαίος επανέλεγχος και η υπνοθεραπεία.

Αντιμετώπιση

Υπάρχουν εγκεκριμένες αντιαγγειογεννητικές θεραπείες, που αν εφαρμοστούν εγκαίρως, και με το σωστό δοσολογικό σχήμα μπορούν να εμποδίσουν την απώλεια της όρασης και να επαναφέρουν μέρος της όρασης που έχει χαθεί.

Η ρανιμπιζουμάμπη είναι η θεραπεία εκλογής στις παθήσεις αυτές, και αποτελεί το πλέον δοκιμασμένο και αποτελεσματικό σκεύασμα, με πάνω από 7 χρόνια κλινικής εμπειρίας. Πρόσφατες δημοσιεύσεις δείχνουν ότι με την έγκριση της ρανιμπιζουμάμπης η τυφλότητα από ηλικιακή εκφύλιση ωχράς κηλίδας μειώθηκε στο 50%.

Προληπτικά μέτρα

Με τα χρόνια η επιστήμη έχει καταφέρει να κατανοήσει καλύτερα την συγκεκριμένη πάθηση και αρκετές μελέτες έχουν αποδείξει τη σημασία λήψης προληπτικών μέτρων για την καλύτερη αντιμετώπιση της ασθένειας.

Αυτά είναι:

- Τακτικές οφθαλμολογικές εξετάσεις.
- Χρήση γυαλιών ηλίου με φίλτρα για προστασία από την υπεριώδη ακτινοβολία.
- Μείωση ή καλύτερα κόψιμο του καπνίσματος.
- Διατροφή πλούσια σε πράσινα φυλώδη λαχανικά και ψάρια και φτωχή σε κόκκινο κρέας, γαλακτοκομικά και άλλα προϊόντα πλούσια σε κορεσμένα λίπη.
- Ρύθμιση της πίεσης και της χοληστερίνης.
- Αυτοέλεγχος για τυχόν πρόοδο της ασθένειας; π.χ. παρουσία παραμόρφωσης της εικόνας (με χρήση του λεγόμενου πίνακα του Amsler ή άλλων μέσων).

Πηγή: onmed.gr