



Пройдите обследование сегодня,
чтобы **ВИДЕТЬ** хорошо завтра

Ранняя диагностика поможет предотвратить
проблемы со зрением в будущем и
поддержать качество жизни
в пожилом возрасте



העמותה לחקר בריאות העין
ומניעת עיוורון בישראל (פר"ד)

www.eyes.org.il

Добрый день,
Перед Вами подробная информация о самых распространенных заболеваниях глаз в возрасте после 50 лет.
В этом буклете представлена информация о:

- Видах заболеваний глаз
- Симптомах
- Методах лечения

Данная информация поможет Вам понять важность периодических офтальмологических осмотров для поддержания здоровья глаз и зрения.

Приятного прочтения и крепкого здоровья,
Сотрудники ассоциации "Лирот"

Надин Холиндер

Генеральный директор проекта
"Здоровье глаз населения"
nadine@eyes.org.il

Барух Цидкияху

Исполнительный директор проекта
"Здоровье глаз населения"
zidky@eyes.org.il | 052-6267638

Автор брошюры и медицинская консультация:

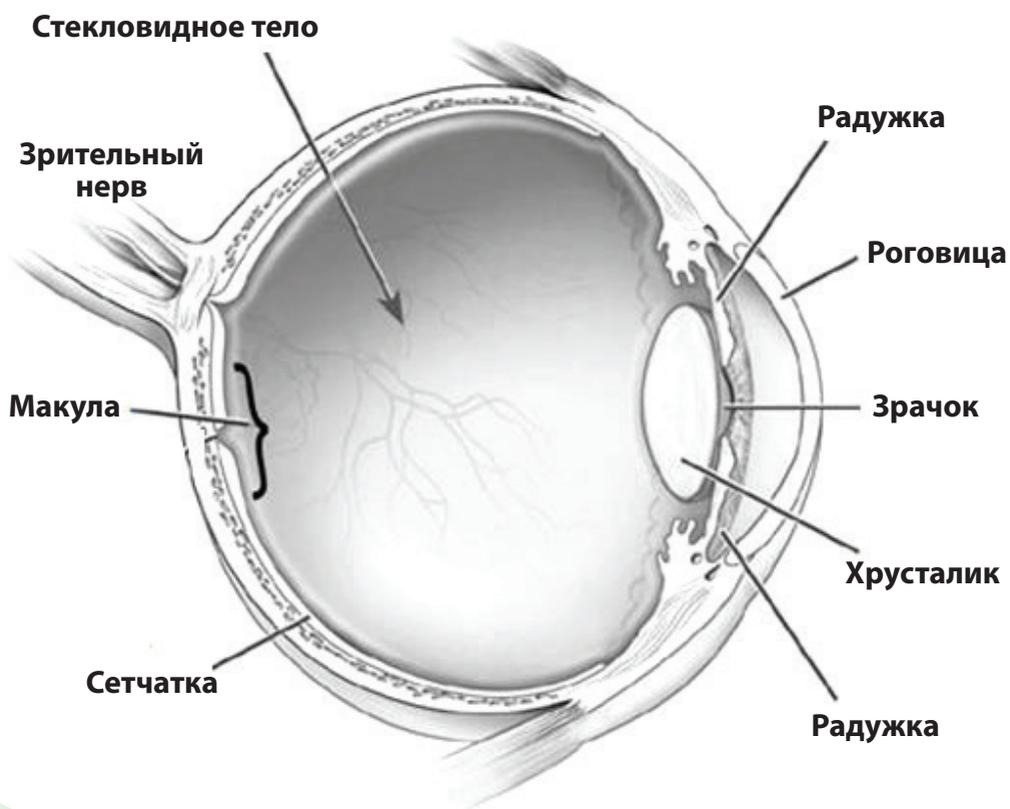
Доктор Ирис Дейтч Харел

Врач-офтальмолог высшей категории, офтальмохирург, Медицинский центр Рабин.

Специализация в Massachusetts Eye and Ear, Harvard Medical School, Boston по заболеваниям сетчатки и стекловидного тела

Брошюра представлена
общественности под
эгидой:





Катаракта

Что такое катаракта?

Внутри глаза есть естественная линза, которая помогает нам видеть. Она должна быть прозрачной, как стекло. С возрастом хрусталик мутнеет, что приводит к снижению зрения. Помутнение хрусталика называется катарактой.

Каковы признаки катаракты?

Катаракта вызывает нечеткость зрения, блики, особенно в вечернее время, изменения в рецепте очков, иногда двоение в глазах.

Когда и как лечить катаракту?

Катаракту необходимо лечить, если она влияет на Вашу повседневную деятельность. Не каждая катаракта требует хирургического лечения. Иногда для улучшения зрения требуется всего лишь поменять очки. Золотым стандартом в лечении катаракты является хирургическое вмешательство.

Во время операции офтальмохирург удаляет помутневший хрусталик из глаза и заменяет его на искусственный. У пожилых людей хирургия катаракты проводится под местной анестезией и является обычной быстрой операцией с очень высокими показателями успеха.

Разрезы выполняются острыми и точными инструментами или лазером. Оба метода превосходны, и различий между ними практически нет.

В случае двусторонней катаракты оба глаза одновременно не оперируют, чтобы снизить риск возможных осложнений.

После операции пациенты получают глазные капли для профилактики воспаления и инфекции, приглашаются на дальнейшие осмотры у офтальмолога.

Возможные осложнения:

Большинство осложнений после операции легкие, такие как: покраснение глаз, жжение. В редких случаях возникают более серьезные осложнения, но во время плановых осмотров у офтальмолога их можно будет диагностировать и соответствующим образом лечить.

Важные факты:

- Катаракта - это помутнение хрусталика глаза.
- Золотым стандартом лечения катаракты является хирургическое вмешательство.
- Во время операции имплантируется искусственный хрусталик вместо естественного хрусталика.
- Через месяц после операции необходимо записаться к оптометристу для замены старых очков на новые.

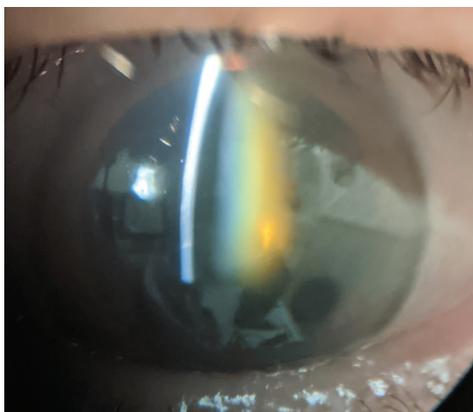


Фото катаракты



Фото искусственного хрусталика

Глаукома

Что такое глаукома?

Глаукома - это совокупность состояний, при которых повреждаются волокна зрительного нерва, который несет информацию от сетчатки к головному мозгу.

Поражение волокон этого нерва часто проявляется снижением зрения. Без лечения заболевание прогрессирует, увеличиваются изменения в поле зрения, что может привести к слепоте.

Почему развивается глаукома?

Точная причина до сих пор неизвестна. Доказано, что есть взаимосвязь между внутриглазным давлением и давлением в кровеносных сосудах, питающих глаз. Следует отметить, что существуют виды глаукомы, при которых внутриглазное давление может быть нормальным. Также не у каждого человека с высоким внутриглазным давлением развивается глаукома.

Каковы признаки глаукомы?

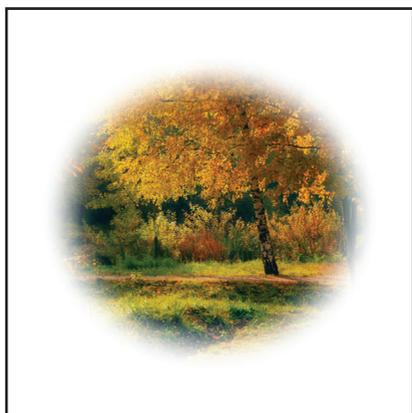
Глаукома обычно не имеет ранних признаков! Они проявляются уже в далекозашедших стадиях, когда повреждения необратимы. Раннюю стадию глаукомы возможно диагностировать только при тщательном осмотре глаз у офтальмолога, во время которого исследуется зрительный нерв на наличие признаков поражения, измеряется внутриглазное давление и проверяется периферическое поле зрения.

Какие существуют методы лечения глаукомы?

Целью лечения хронической глаукомы является снижение внутриглазного давления с помощью капель. Иногда проводится лазерное лечение, применяются таблетки или выполняется операция. Успешность хирургического вмешательства по поводу глаукомы высока. В случае глаукоматозного повреждения зрительного нерва лечение не восстановит зрение, но поможет замедлить скорость прогрессирования заболевания.

Важные факты:

- Глаукома - это заболевание зрительного нерва, которое влияет на периферическое поле зрения.
- Начиная с возраста 40 лет, важно проходить обследование глаз один раз в год с целью ранней диагностики глаукомы, особенно, если есть родственники с этим заболеванием.
- Глаукому лечат в основном каплями, иногда совмещают с лечением таблетками, лазером или операцией.



Пример периферического поля зрения при далекозашедшей глаукоме



Пример нормального поля зрения

Возрастная макулодистрофия

Что такое возрастная макулодистрофия?

Макула - это небольшая, но чрезвычайно важная область в центре сетчатки, ткань, в которой поглощается свет. Она отвечает за остроту зрения. Макулодистрофия - это состояние, при котором изменяется нормальная структура сетчатки в центре и, как следствие, нарушается центральное зрение. Периферическое зрение остается нормальным.

Большинство из тех, у кого диагностирована макулодистрофия, страдают от сухой формы. Это более легкое заболевание, и обычно зрение остается хорошим. У небольшого процента пациентов впоследствии может развиться прогрессирующая макулодистрофия, которая влияет на центральное зрение.

При влажной макулодистрофии повреждение структуры макулы приводит к росту аномальных кровеносных сосудов, из которых происходит утечка жидкости и крови. Это состояние вызывает рубцевание макулы и потерю центрального зрения.

Какие признаки макулодистрофии?

Самые распространенные признаки макулодистрофии - это постепенное ухудшение остроты зрения, трудности с чтением – несмотря на подходящие очки, искажение очертаний предметов, деформация линий и символов (прямые линии выглядят криво), снижение центрального зрения, появление черного или полупрозрачного пятна перед глазами. Например, пациенты с макулодистрофией могут видеть часы, но не могут определить, который сейчас час.

Когда и как лечить макулодистрофию?

Важно поставить ранний диагноз при плановом осмотре у офтальмолога. Факторы риска включают, среди прочего, пожилой возраст, курение сигарет, генетическую предрасположенность и семейное положение. В определенных случаях прием специальных пищевых добавок может снизить риск прогрессирования заболевания. Лечение влажной формы макулодистрофии включает внутриглазное введение препаратов, препятствующих росту аномальных кровеносных сосудов. Препараты необходимо вводить каждые несколько недель, а контроль результатов лечения осуществляется с помощью оптической визуализации сетчатки (Оптическая когерентная томография, OCT).

Важные факты

- Возрастная макулодистрофия влияет на центральное зрение. Периферическое зрение сохраняется.
- Возрастная макулодистрофия может быть сухой или влажной.
- Лечение влажной формы макулодистрофии проводится с помощью внутриглазных инъекций, замедляющих прогрессирование заболевания.
- Диагностика и мониторинг состоит из осмотра и выполнения оптической визуализации сетчатки (OCT).



Пример повреждения поля зрения при прогрессирующей возрастной макулодистрофии (справа) по сравнению с нормальным полем зрения (слева).

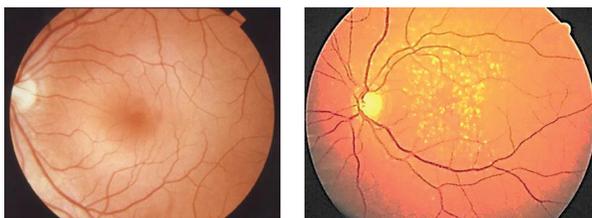
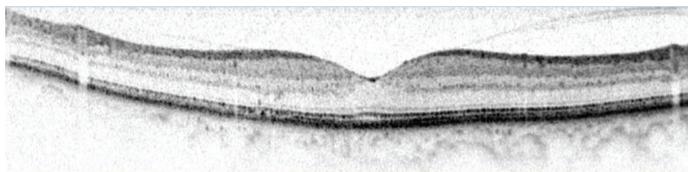
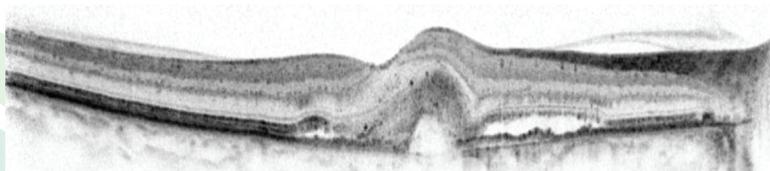


Фото сетчатки с возрастной макулодистрофией (справа) по сравнению с нормальной сетчаткой глаза (слева).



Оптическая когерентная томография (ОСТ) сетчатки без патологических изменений. Определяются слои, из которых состоит сетчатка.



Оптическая томография сетчатки (ОСТ) при влажной возрастной макулодистрофии.

Диабетическая ретинопатия

Влияет ли диабет на глаза?

Многие больные сахарным диабетом страдают от повреждения мелких кровеносных сосудов, питающих сетчатку (ткань, в которой поглощается свет). Это заболевание называется диабетической ретинопатией. На ранних стадиях острота зрения остается высокой. Есть два состояния, которые могут развиваться и ухудшить зрение: отек в макуле и аномальный рост кровеносных сосудов.

Отек в макуле (области сетчатки, отвечающей за остроту зрения и центральное зрение) образуется, если в ней скапливается жидкость, просачивающаяся из поврежденных кровеносных сосудов. Возникают такие симптомы как затуманенное зрение и трудности при чтении.

Недостаток кровоснабжения сетчатки вызывает кислородное голодание и соответственно рост новообразованных аномальных сосудов, что приводит к кровотечениям, рубцеванию, отслойке сетчатки и, как следствие, к потере зрения.

Какие признаки диабетической ретинопатии?

На первых стадиях поражения глаза отсутствуют признаки заболевания, и острота зрения может оставаться нормальной.

Возможно ли снизить риск развития диабетической ретинопатии?

Очень важно проводить периодические обследования глаз каждому человеку, страдающему сахарным диабетом, чтобы как можно раньше обнаружить признаки диабетической ретинопатии, которая может прогрессировать и приводить к тяжелой потере зрения и слепоте.

Когда и как проводится лечение?

Очень важно сбалансировать факторы риска: уровень сахара и холестерина в крови, гипертонию. Начальные стадии диабетической ретинопатии не лечат. Когда же возникает в этом необходимость, то врач выбирает между внутриглазными инъекциями и лазерным лечением. Иногда в борьбе с новообразованными сосудами сочетаются эти два метода. Для каждого пациента лечение подбирается индивидуально.

Важные факты:

- Диабет повреждает сосуды глаз и может привести к потере зрения.
- На ранних стадиях заболевания признаки отсутствуют, острота зрения сохраняется
- Важно проводить периодические осмотры глаз больным сахарным диабетом.

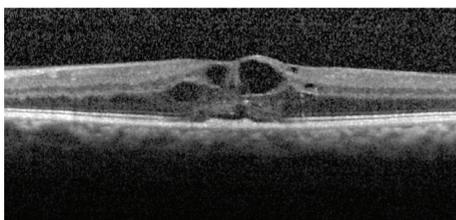


Фото глазного дна и ОСТ пациента с диабетической ретинопатией

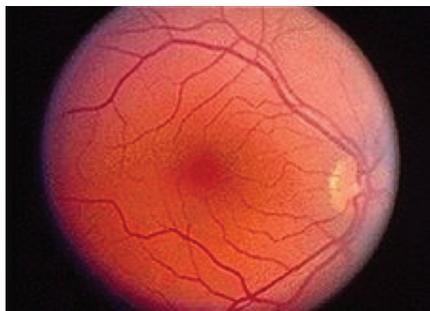


Фото глазного дна и ОСТ без патологических изменений

Блефарит

Что такое блефарит?

Блефарит - это воспаление края века, области, где берут свое начало ресницы. Это заболевание распространено среди населения старше 50 лет, но может появиться в любом возрасте.

Какие признаки блефарита?

Симптомами блефарита являются дискомфорт, жжение, зуд, покраснение глаза или века, ощущение сухости.

Когда и как проводится лечение?

В легких случаях рекомендуется ежедневный массаж век и капли искусственных заменителей слезы для снятия ощущения сухости в глазах. При тяжелом течении блефарита добавляется медикаментозное лечение, преимущественно каплями или мазью.

Как делать массаж век при блефарите самостоятельно?

- Начните с согревания век влажным теплым полотенцем или грелкой в течение 3-5 минут. Перед этим этапом необходимо снять контактные линзы. Важно соблюдать осторожность, чтобы не обжечь кожу глаз.
- После теплого компресса помассируйте края век. Эта процедура помогает выходу застоявшегося в сальных железах секрета.
- В завершении очистите края век с помощью влажных марлевых или ватных тампонов. Также можно использовать специальные влажные салфетки для очищения век.



В помощь слабовидящим пациентам

Какие оптические средства коррекции существуют для слабовидящих?

К устройствам, с помощью которых можно улучшить зрение у слабовидящих, относятся: различные лупы, телескопические очки, электронные увеличительные устройства, очки с подсветкой, специальные фильтры. Также используются другие технологические средства: программы, которые переводят написанный текст в речь, записанные цифровые книги.

Как правильно подобрать оптическое средство коррекции для слабовидящих?

Вначале оптометрист, специализирующийся на проблеме слабовидения, проводит проверку остроты зрения. Далее пациент может попробовать и выбрать подходящие именно в его конкретном случае вспомогательные средства.



Стационарный
электронный
видеоувеличитель.
Увеличение до $\times 15$.

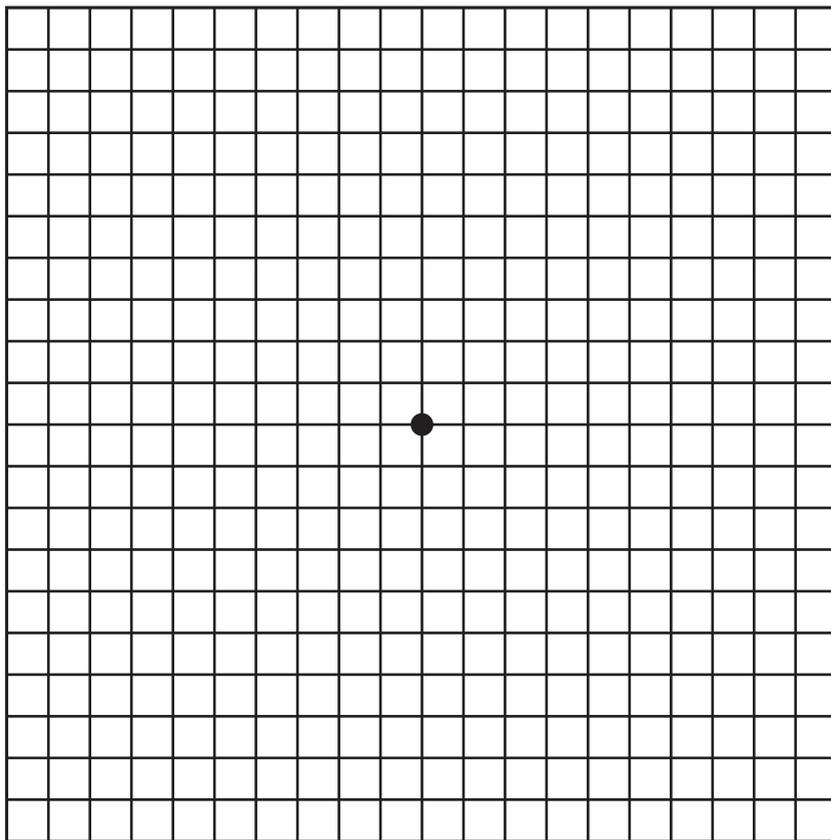


Ручная лупа - лупа, которую держат в руке.
Увеличение до $\times 12$.

Дополнительную информацию Вы сможете найти на нашем сайте:
www.eyes.org.il

Полезные источники информации:

- Ассоциация "Лирот" eyes.org.il.
- Ассоциация "Намаг" по сохранению здоровья глаз namag.org.il.
- Центр для слепых в Израиле ibcu.org.il.
- Foundation Fighting Blindness - много актуальной информации о клинических исследованиях и инновациях в борьбе со слепотой www.fightingblindness.org.
- Аудио книги для прослушивания можно найти на сайте центральной библиотеки для слепых clfb.org.il.



Тест (решетка) Амслера*

для быстрой проверки изменений в центральном зрении.

- Наденьте очки или контактные линзы (если вы их обычно носите).
- Расположите сетку перед собой на расстоянии 20-30 см.
- Прикройте 1 глаз.
- Сфокусируйтесь на центральной точке, оцените остальную часть сетки.
 - * Все ли линии сетки прямые и ровные?
 - * Все ли квадраты решетки одинакового размера?
 - * Нет ли зон, где рисунок искажается, затуманивается, обесцвечивается?
- Повторите тест для другого глаза. Если эти линии выглядят неровно, имеют искажения в любом месте, то нужно немедленно обратиться к офтальмологу.

* Этот тест является продолжением темы возрастной макулодистрофии (стр. 8-9).



www.eyes.org.il

Ассоциация "Лирот" была основана в 2006 г. и ее целью является повышение осведомленности среди населения о здоровье глаз и важности профилактического лечения глазных заболеваний, которые могут приводить к слепоте.

Также ассоциация способствует проведению научных исследований по предотвращению слепоты в университетах и больницах.

В состав руководства ассоциации входят ведущие врачи-офтальмологи, представители коммерческих компаний, а также научный совет из ученых и офтальмологов высшей категории Израиля.

Ассоциация помогает организовать консультацию офтальмолога на дому. Для этого необходимо нажать кнопку запроса на нашем сайте в категории - осмотр глаз среди пожилого населения.

Новая услуга! Ассоциация "Лирот" предлагает проведение обследования на дому!

Осмотр врача-офтальмолога с использованием новейшего оборудования.

Для заказа обращайтесь: Цидкияху Барух 052-6267638 | zidky@eyes.org.il

О проекте "Проверка зрения среди населения"

Десятки тысяч пожилых людей в Израиле воспринимают ухудшение зрения, иногда вплоть до слепоты, как веление судьбы.

Как показывает опыт, пожилые люди даже не в курсе, что медицина продвинулась далеко вперед и во многих случаях можно сохранить и значительно улучшить зрение и соответственно качество жизни. Они немобильны и часто не имеют семьи, которая помогла бы с организацией обследования в лечебном учреждении!

Поэтому в ассоциации "Лирот" было принято решение перенести обследование ближе к пожилым людям - непосредственно к их дому. Централизованные дни тестирования проводятся по всей стране – в домах престарелых, клубах, дневных и экспериментальных центрах.

Проект профилактической офтальмологии с помощью врачей-добровольцев действует с 2013 года по сегодняшний день, позволяя ежегодно тысячам пожилых людей, большинство из которых имеют физические недостатки, проходить комплексные обследования глаз и улучшить качество жизни. Приблизительно у 20% обследованных были обнаружены заболевания, требующие лечения.

Спонсорская поддержка проекта





www.eyes.org.il

09-9518475

