



SGIS

Slovenská glaukómová spoločnosť

v spolupráci s

Alcon Novartis
Pharmaceuticals

VIETE, AKÝ JE VÁŠ VNÚTROOČNÝ TLAK?

PRÍDTE NA BEZPLATNÉ MERANIE!

VOT > 22 mmHg = VÄČŠIE RIZIKO

Zvýšený vnútroočný tlak je rizikovým faktorom pre rozvoj zeleného zákalu.^{2,3}

Kde: **OC MIRAGE**

Kedy: **16. 3. 2017 od 15.00 h.**

Zvýšený vnútroočný tlak je rizikovým faktorom pre rozvoj zeleného zákalu. Zelený zákal predstavuje skupinu ochorení oka, ktoré vedú k progresívnemu poškodeniu zrakového nervu. To môže priamo viesť k nenávratnej strate zraku a nakoniec až k slepote. Presná príčina zeleného zákalu je však neznáma.¹

Druhá najčastejšia príčina slepoty.¹

celosvetový výskyt
67 miliónov⁴



190 392 Slovensko⁵
počet ambulantne liečených pacientov so zeleným zákalom

FAKTY a MÝTY

- X Som príliš mladý, týmto ochorením trpia iba starší ľudia.**
- ✓ U každého, od detí po seniorov, sa môže vyvinúť zelený zákal. Zvýšený výskyt je u ľudí nad 40 rokov.⁷**
- X Je vyliečiteľný.**
- ✓ Zelený zákal nie je možné vyliečiť.⁸ Avšak progresia ochorenia môže byť spomalená vďaka vhodne zvolenej liečbe.⁹**
- X Zelený zákal je sprevádzaný príznakmi, ktoré si určite všimnem.**
- ✓ Zelený zákal je známy ako tichý zlodej zraku a je to ochorenie bez príznakov.³ Pacient zaznamená prvé zmeny až vo chvíli, kedy ztrata zraku môže dosahovať až 40 %.¹⁰**

Ďalší krok



Pravidelné vyšetrenie očí

je úplne zásadné k zachyteniu zeleného zákalu a k predchádzaniu nezvratných zmien. Objednajte sa u Vášho očného lekára už dnes.

Liečebné možnosti

Zelený zákal sa dá liečiť očnými kvapkami, laserovým či chirurgickým výkonom.¹¹

Každý vo veku 40 rokov a viac by mal absolvovať pravidelné očné vyšetrenie **každé 1-2 roky⁷**

Referencie:

1. American Optometric Association. Glaucoma. <http://www.aoa.org/Glaucoma.xml>
2. Lee PP, Walt JW, Rosenblatt LC, Siegartel LR, Stern LS; Duke University Eye Center, Durham, NC, USA. *Am J Ophthalmol*. 2007 Dec;144(6):901-907.
3. Glaucoma Research Foundation. Glaucoma Facts and Stats. <http://www.glaucoma.org/glaucoma-facts-and-stats.php>
4. The Glaucoma Foundation. Get Involved. http://www.glaucomafoundation.org/Get_Involved.htm
5. Národné centrum zdravotníckych informácií SR © NCZI SR, 2015. ZDRAVOTNÍCKA ROČENKA SR 2013/ISBN 978-80-89292-41-7
6. Burr JM, Mowatt G, Hernández R, Siddiqui MA, Cook J, Lourenco T, et al. The clinical effectiveness and cost-effectiveness of screening for open angle glaucoma: a systematic review and economic evaluation. *Health Technology Assessment* 2007; Vol. 11: No. 41
7. The Glaucoma Foundation. Who's at risk? <http://www.glaucomafoundation.org/Risk.htm>
8. Glaucoma Research Foundation. Understand Your Glaucoma Diagnosis. <http://www.glaucoma.org/treatment/understand-your-glaucoma-diagnosis.php>
9. The Glaucoma Foundation. Primary Open-Angle Glaucoma (POAG). http://www.glaucomafoundation.org/Primary_Open-Angle_Glaucoma.htm
10. Glaucoma Research Foundation. January is Glaucoma Awareness Month. <http://www.glaucoma.org/news/glaucoma-awareness-month.php>
11. The Glaucoma Foundation. Treating Glaucoma. http://www.glaucomafoundation.org/treating_glaucoma.htm

10 NAJČASTEJŠÍCH OTÁZOK O ZELENOM ZÁKALE

Nenechajte si ujsť príležitosť 16. 3. od 15.00 h v OC MIRAGE bezplatne si nechať premerať vnútroočný tlak, ktorý je rizikovým faktorom pre rozvoj zeleného zákalu.

1. Čo je to zelený zákal?

Glaukóm je skupina chronických ochorení, pri ktorých dochádza k progresívnemu poškodeniu zrakového nervu a dráhy. Najväčšie nebezpečenstvo tohto ochorenia spočíva v absencii klinických príznakov, preto pacienti nevyhľadajú odbornú pomoc včas. Zelený zákal je druhou najčastejšou príčinou slepoty v Európe aj vo svete a najčastejšou príčinou straty zraku.

2. Čo spôsobuje zelený zákal?

Všetky príčiny zeleného zákalu nie sú ani v súčasnosti známe. Dôležitú úlohu zohráva zvýšený očný tlak a zhoršenie prekrvenia zrakového nervu. Zelený zákal však môže vzniknúť aj pri normálnom očnom tlaku. Naopak, mnoho ľudí má zvýšený vnútroočný tlak, a pritom u nich nedôjde k rozvoju typických glaukómových zmien. Tento stav sa volá očná hypertenzia.

3. Aká je normálna hodnota očného tlaku?

Udávaná hranica medzi normálnym a zvýšeným vnútroočným tlakom je 21 mmHg, ale vzhľadom na väčší počet vyvolávajúcich príčin glaukómu býva táto hranica veľmi individuálna.

4. Aké sú ďalšie rizikové faktory vzniku zeleného zákalu?

Glaukóm môže vzniknúť prakticky kedykoľvek v priebehu života, ale väčšia pravdepodobnosť rozvoja tohto ochorenia je vo veku nad 40 rokov a s vyšším vekom stúpa. Ďalšími rizikovými faktormi sú výskyt glaukómu v rodine, krátkozrakosť aj vysoká ďalekozrakosť, úrazy oka. Riziko ochorenia na zelený zákal sa zvyšuje pri kardiovaskulárnych ochoreniach, migréne, vysokom alebo veľmi nízkom krvnom tlaku, cukrovke a liečbe steroidmi.

5. Ako sa prejavuje zelený zákal?

Existuje viac foriem tohto ochorenia. Najčastejšia sa vyskytuje chronická forma glaukómu s otvoreným uhlom, ktorá je zákerná tým, že dlho nemá žiadne príznaky. Len občas sa objavuje pobolievanie hlavy alebo očí. Menej častá je záchvatová forma glaukómu, kedy náhla a prudká bolesť očí a hlavy, svetloplachosť, farebné kruhy okolo svetiel, sčervenanie oka, prípadne nevoľnosť so zvracaním upozornia na prudký vzostup vnútroočného tlaku a privedú pacienta k lekárovi ihneď.

6. Ako sa dá toto ochorenie včas rozpoznať?

Jedinou možnosťou včasného diagnostikovania tohto ochorenia je preventívne vyšetrenie, ktoré by mal absolvovať každý človek nad 40 rokov. Chorý človek vôbec nemusí trpieť bolesťami oka alebo zmenami vo videní, preto veľmi často o svojom ochorení nevie a nevyhľadá oftalmológa.

7. Aké vyšetrenia patria k diagnostike glaukómu?

Na potvrdenie alebo vylúčenie diagnózy glaukómu nestačí iba zmeranie vnútroočného tlaku. Pri podozrení na zelený zákal je nevyhnutné kompletne vyšetrenie očí, ktoré v súčasnosti obsahuje aj špecializované vyšetrenie zrakového nervu pomocou digitálnych zobrazovacích metód (OCT, HRT, GDx).

8. Dá sa glaukóm vyliečiť?

Zelený zákal sa nedá úplne vyliečiť, choroba sa dá udržiavať včas nasadenou, dostatočnou a pravidelnou liečbou. Úspešnosť terapie závisí od štádia, v ktorom sa choroba zachytila.

9. Aká je liečba glaukómu?

Cieľom terapie tohto ochorenia je chrániť zrakový nerv metódami, ktoré znižujú vnútroočný tlak a zlepšujú prekrvenie zrakového

nervu. Lieky sa aplikujú vo forme očných kvapiek. Ak sa nedosiahne zníženie očného tlaku kvapkami, pristupuje sa k laserovej a chirurgickej liečbe. Glaukómový záchvat patrí medzi akútne stavy a vyžaduje často urgentný chirurgický postup.

10. Existujú nejaké obmedzenia pre pacientov s glaukómom?

Pacienti môžu sledovať televíziu či pracovať na počítači bez obmedzení. Čítanie takisto nemá vplyv na progresiu tohto ochorenia. Pokiaľ pacient netrpí závažnými výpadmi v zornom poli, nemá zákaz vedenia motorových vozidiel.

GLAUKÓM môže vážne poškodiť zrak bez varovania, preto je dôležité rozpoznať ho včas, zahájiť adekvátnu liečbu a pri dodržiavaní liečebného režimu zachrániť svoje videnie.

NA PREVENCIU zeleného zákalu sa zameriava odborná aj laická verejnosť. Druhý marcový týždeň sa každoročne celosvetovo organizuje akcia s názvom „Svetový týždeň glaukómu“. Tohto roku sa ku akcii pridal aj LIONS CLUB Žilina, ktorý organizuje meranie vnútroočného tlaku v spolupráci so Žilinským večerníkom a OC MIRAGE, kde sa bude meranie konať 16. 3. 2017 od 15.00 h. Všetkých pozývame, urobte niečo pre svoje zdravie, pretože **najlepšia ochrana pred akoukoľvek chorobou je prevencia.**



ŽILINSKÝ
Večerník
TYŽDENÍK SEVERNEHO SLOVENSKA