



Ką turėtume žinoti apie glaukomą?

Akis – tai jutimo organas, kuris žmogui teikia daugiausiai informacijos ir padeda palaikyti ryšį su išoriniu pasauliu. Regėjimo netekimas yra didelė nelaimė ir negalia.

Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centras primena, kad kasmet kovo 12 d. minima Pasaulinė glaukomos diena. Nors tikslių duomenų nėra, manoma, kad Lietuvoje yra apie 32 tūkst. sergančiųjų glaukoma. Prognozuojama, kad 2020 m. pasaulyje bus net 80 mln. kenčiančių nuo šios ligos žmonių.

Kas yra glaukoma?

Glaukoma – lėtinė akių liga. Ją sukelia padidėjęs akies vidinis spaudimas, dėl kurio sutrinka skysčių tekėjimas akyje ir todėl pažeidžiamas regos nervas ir tinklainės ląstelės.

Akis turi priekinę ir užpakalinę kameras, kurias užpildo skystis – vandeninis druskų ir maisto medžiagų tirpalas. Jis maitina lęšiuką ir rageną, pašalina medžiagų apykaitos produktus. Šis skystis primena tekantį šaltinį. Jis atsiranda vadinamajame krumplyne, o išteka į venas per 0,37 mm skersmens latakėlį, vadinamą Šlemo antimi. Cirkuliuodamas jis sukuria tam tikrą spaudimą į visas puses. Taip išlaikoma akies funkcijoms labai svarbi elastinga rutulio forma. Sutrikus nutekėjimui, skystis kaupiasi kameroje, didindamas akispūdį ir vis labiau spausdamas akį iš vidaus. Tai pažeidžia regos nervą, kuris perduoda vaizdą į smegenis. Jis pradeda negrįžtamai nykti.

Dažniausiai pasitaiko atviro kampo glaukoma. Tada sutrinka kameros skysčio nutekėjimas per pačią filtracinę sistemą. Uždarą kampo glaukoma susergama, kai skystis kaupiasi užpakalinėje akies kameroje. Žmogus, žiūrėdamas į objektus, mato spalvotus žiedus apie šviesos šaltinį, akis ašaroja, vyzdys išsiplečia ir pasidaro nebeapvalus.

Šia liga dažniau serga vyresni asmenys, kuriems per 40 metų, tačiau sirgti glaukoma gali ir vaikai. Glaukoma yra kelių rūšių: įgimta, pirminė ir antrinė. Įgimtąja sergama tada, kai priekinės kameros kampas ar drenažinė akies sistema nėra normaliai išsivysčiusi. Įgimtą glaukomą kartais galima diagnozuoti ką tik gimusiam kūdikiui, o kartais jos požymiai išryškėja vaikui augant – kelių mėnesių, metų ar net paauglystėje. Jei liga negydoma, vaikas gali apakti. Vaiko regėjimą gali išgelbėti tik laiku atlikta operacija.

Pirminė glaukoma susergama senstant, o antrinė glaukoma – tai kitų akies ligų ar traumų padarinys. Glaukoma apima abi akis. Ji neužkrečiama, tačiau gali būti paveldima.

Glaukomos simptomai ir diagnostika

Sergantieji ilgą laiką net nežino, jog serga glaukoma, nes pradinėse stadijose ši liga dažniausiai nesukelia jokių negalavimų. Paprastai nejaučiamas skausmas, akis neparausta, nėra ir kitų požymių, kurie verstų sunerinti ir eiti pas gydytoją. Liga vystosi iš lėto – skauda galvą smilkinių srityje, apie akis, kai kada skausmai juntami pakaušyje. Retkarčiais ligonis junta ir nestiprius akies skausmus, lyg kokį svetimkūnį akyje, arba jam atrodo, kad akis pilna ašarų, nors jų nėra. Šie nemalonūs pojūčiai atsiranda pavargus, išgėrus daugiau skysčių, pabuvus karštyje ar pasilenkus. Šio susirgimo metu sutrinka ir regėjimas – žmogus mato tartum pro rūką ar tinklą, o apie šviesos šaltinį regi vaivorykštės spalvos ratilus. Šie požymiai rodo, kad šiek tiek padidėjo akispūdis. Tai trunka kelias minutes arba 2–3 valandas, vėliau skausmai nurimsta ir vėl matoma normaliai. Žmogus akinius darbai keičia kas 3–5 metus, o sergant glaukoma kai kada juos tenka keisti kas keletą mėnesių. Ligai progresuojant, galvos skausmai ir regėjimo sutrikimai kartojasi vis dažniau ir ilgiau.

Nepastebimai, lėtai pradeda siaurėti akiplotis. Žmogus nebemato kai kurių regėjimo lauko dalių, regėjimo laukas vis siaurėja, darosi sunku orientuotis aplinkoje, nes matoma tarsi „pro vamzdį“.

Anksčiau glaukoma vadinta padidėjusio akispūdžio liga. Dabar jau žinoma, kad akispūdis yra vienas pagrindinių glaukomos rizikos veiksnių, tačiau ji gali išsivystyti ir esant normaliam

akispūdžiui – tai vadinama normalaus akispūdžio glaukoma. Padidėjęs akispūdis gali ir nesukelti glaukomi būdingų pakitimų – tai vadinama akies hipertenzija.

Glaukomos diagnostika remiasi klasikine triada:

- Akispūdžio patologiniai svyravimai nustatomi tonometrijos būdu. Akispūdis matuojamas kompiuteriniu automatiniu bekontaktiniu tonometru, nenaudojant nuskausminamųjų vaistų, nesiliečiant prie ragenos paviršiaus. Ši procedūra nėra varginanti ir sudėtinga.

- Regos nervo skaidulų ir disko pakitimai nustatomi oftalmoskopuojant, atliekant nervinių skaidulų analizę, tinklainės tomografiją, topografiją.

- Tipiniai akipločio defektai nustatomi perimetrijos būdu.

Glaukoma neturi diagnostinio „žymeklio“, pagal kurį būtų galima anksti ir neabejotinai diagnozuoti ligą. Kadangi yra įvairių glaukomos klinikinių formų, klasikinė triada dažnai išryškėja tik vėlesnėse ligos stadijose, kuomet regos nervo pakitimai jau toli pažengę ir negrįžtami. Kuo liga toliau pažengusi, tuo lengvesnė diagnostika, tačiau tuomet oftalmologinė pagalba jau būna pavėluota.

Glaukomos diagnozė patvirtinama remiantis nustatytais rizikos veiksniais, klinikiniais požymiais ir funkciniais pakitimais. Ankstyvuojant laikotarpiu pakitimai gali būti nežymūs. Atliekant pakartotinius matavimus po keleto mėnesių, glaukoma patvirtinama arba paneigiama atsižvelgiant į pakitimų dinamiką.

Glaukomos rizikos faktoriai

Glaukomos rizikos faktoriai: akies hipertenzija (padidėjęs akispūdis), amžius (dažniausiai serga vyresni nei 45 metų amžiaus žmonės), paveldėjimas, didelė trumparegystė, cukrinis diabetas, traumos arba akies operacija, migrena, ilgalaikis kortikosteroidų (hormonų) vartojimas, aukštas kraujospūdis. Esant bet kuriam iš šių reiškinų, rekomenduojama dažniau apsilankyti pas akių gydytoją.

Glaukomos gydymas

Laiku nediagnozavus glaukomos ir nepradėjus gydyti, galima apakti. Apakimas glaukomos atveju yra neišgydomas, nes liga pažeidžia regos nervą ir tinklainės nervines ląsteles.

Glaukomos išgydyti neįmanoma, tačiau anksti ją nustačius, kai akių pakitimai dar nedideli, galima sustabdyti arba bent sulėtinti ligos progresavimą ir tolesnį regėjimo blogėjimą.

Glaukomos gydymo tikslas yra išsaugoti regėjimo funkcijas, užtikrinant paciento gyvenimo kokybę visam likusiam gyvenimui. Paprastai glaukoma gydoma vaistais.

Vaistais stengiamasi sumažinti akių spaudimą ir taip sustabdyti tinklainės ganglinių ląstelių žūtį. Antiglaukominiai lašai mažina akies skysčių gamybą, pagerina skysčių nutekėjimą iš akies. Lašai vartojami kiekvieną dieną visą gyvenimą. Kartais gali pasireikšti pašalinis lašų poveikis: akių perštėjimas, graužimas, laikinas regėjimo pablogėjimas, galvos skausmai, dusulys, širdies veiklos sutrikimas. Tokiu atveju skiriami kitai lašai. Sergantiems glaukoma reikėtų turėti lašų atsargą, jei susirgus kitomis ligomis ar išvykus negalėtų apsilankyti pas akių gydytoją.

Jei vaistai vis dėlto nepadeda, tuomet gelbsti chirurgija. Lazerinės chirurginės procedūros taikomos greta medikamentinio gydymo arba kaip profilaktinė priemonė uždaro kampo glaukomos atveju. Operacijos metu sudaromos sąlygos akies skysčiui filtruotis iš akies vidaus į išorę. Chirurginiu būdu sumažinus akispūdį, siekiama išvengti ligos progresavimo, tačiau atkurti iki operacijos prarasto regėjimo neįmanoma.

Patarimai ir profilaktika

Profilaktinių priemonių, padedančių išvengti glaukomos, nėra. Tačiau galima diagnozuoti ligą ankstyvose stadijose, kai didesnė tikimybė išsaugoti geras regėjimo funkcijas. Nuo 40 metų amžiaus

reikia kartą per metus profilaktiškai pasitikrinti akispūdį, o jei Jūsų šeimoje yra sergančių glaukoma, tai reikia atlikti jau nuo 30–35 metų.

Sergant glaukoma negalima vartoti vyzdį plečiančių vaistų, kurių sudėtyje yra adrenalino (pavyzdžiui, dirbtinių ašarų), vaistų nuo kosulio ar slogos, kurių sudėtyje yra pseudoefedrino. Esant bet kokiai, nors ir mažiausiai, akies traumai reikia kuo greičiau kreiptis į gydytoją, laiku gydyti visas akių ir kitų organų ligas. Dirbant akims pavojingus darbus (žemės ir miškų ūkio, metalurgijos), privaloma nešioti apsauginius akinius. Svarbu laikytis asmens higienos (dažnai plauti rankas, ypač prieš liečiant akis, sveikai maitintis, apriboti skysčių kiekį iki 1,5 litro. Sergantiems glaukoma gali pakenkti sunkus fizinis darbas ir darbas pasilenkus, taip pat tamsoje. Nepatartina ilgai būti karštyje, netinka kai kurios fizioterapinės procedūros, kai kinta temperatūra (purvo vonios, Šarko dušas). Draudžiama rūkyti ir vartoti alkoholinius gėrimus, nes tai skatina regos nervo ląstelių nykimą. Labai svarbu reguliariai vartoti gydytojo paskirtus vaistus.

Glaukomos gydymo kokybė labai priklauso nuo pačių pacientų suvokimo. Jei žmogus laiku pastebi pirmuosius glaukomos požymius ir kreipiasi į gydytoją, ligą įmanoma sustabdyti, kol ji neatėmė regėjimo. Tik bendros ligonio ir gydytojo pastangos gali padėti sėkmingai diagnozuoti ir gydyti glaukomą.

Straipsnį pagal įvairią literatūrą parengė Sveikatos mokymo ir ligų prevencijos centro visuomenės sveikatos administratorė Liuda Ciesiūnienė

Literatūra:

[Straipsnis „Ligos : Glaukoma“](#)

[Straipsnis „Kas žinotina apie glaukomą“](#)

[Straipsnis „Glaukoma“](#)

[Straipsnis „Apie glaukomą“](#)