

Siva mrena lahko doleti tudi mlade

Po 65. letu ima zaradi sive mreene težave z vidom že več kot polovica ljudi. Zgodnje spremembe ne motijo vida, pozneje pa postane zamegljen.

PIŠE:
EMA BUBANJ

Dandanes smo mnogo bolj izpostavljeni dejavnikom, ki vplivajo na pojav sive mreene, zato skrb za oči še nikoli ni bila tako pomembna. Katarakta ali siva mrena je motnost ali skaljenost naravne očesne leče, ki je sestavni del optičnega aparata očesa in mora biti za opravljanje svoje funkcije prozorna, največkrat pa se pojavi v tretjem življenjskem obdobju. A vse pogosteje, kažejo podatki zadnjih let, tudi pri mlajših.

»Dejavnikov tveganja je danes več, vid pa se slabša tudi s starostjo – z leti namreč očesna leča postaja manj prožna in motna oziroma zamegljena. Po 65. letu ima zaradi sive mreene težave z vidom že več kot polovica ljudi,« je pojasnil prof. dr. sc. **Nikica Gabrić**, direktor Klinike Svjetlost. Najpogostejša oblika sive mreene je torej tista, ki nastane s staranjem. Lahko pa nastane še po

poškodbi, vnetjih, obsevanju, kirurških posegih ali je prirojena. Če je v družini prisotna siva mrena, obstaja namreč možnost, da jo sorodnik dobi. Med dejavniki tveganja so tudi dolgotrajno jemanje zdravil, ki vsebujejo steroide, kajenje, glavkom, nezdrav življenjski slog, onesnaženje in sladkorna bolezen.

Na pregled čim prej!

Zgodnje spremembe ne motijo vida, pozneje pa siva mrena povzroča zamegljen vid ne glede na to, ali gledamo na blizu ali daleč, in občutljivost za svetlobo. Ko siva mrena dozori, gre vedno manj svetlobe skozi očesno lečo do mrežnice. Ljudje imajo težave predvsem z nočnim vidom.

»Če je mrena preveč zrela (takrat je leča v celoti bele barve), se lahko pojavijo tudi bolečine v očeh in vnetje,« je povedal prof. dr. sc. Gabrić, ki je opravil že več kot 60.000 operacij oči. Na pregled je treba takoj, ko posameznik opazi spremembe vida. Zelo napredovana siva mrena namreč lahko povzroči tudi slepoto!

Ker zdravila za sivo mreno ni, prav tako je z nobenim zdravilom ni mogoče preprečiti, ostaja edina rešitev operativni poseg. »Najsodobnejši očesni laser omogoča bolj varno in natančno operacijo mreene kakor ultrazvočna metoda,« nadaljuje oftalmolog s Klinike Svjetlost. »Prednosti laserske operacije očesne mreene so tudi hitrejša celjenje, digitalno voden potek operacije, obnovljivost posega in manjša obremenitev za oko. Laser je še posebno primeren pri visokih dioptrijah in tanjših roženicah. Operacija očesne mreene z najsodobnejšim laserjem je primerena za vse ljudi, poseg pa traja manj kot dve minuti, brez zapletov.«

Predvsem v hribih in na morju vedno nosimo sončna očala z UV-zaščito. Opustimo kajenje in skrbimo za zdravje. Razvoja sive mreene v jeseni življenja ni mogoče preprečiti, saj je to naraven proces staranja.

Konjunktivitis in novi koronavirus

Dve najnovejši študiji sta pokazali, da lahko okužba z novim koronavirusom povzroči konjunktivitis oziroma vnetje veznice očesa in da je lahko to tudi prvi znak nevarne okužbe. Tudi sicer v obdobju, ko razsaja novi koronavirus, očem namenimo dodatno skrb. Znano je namreč, da lahko kužne kapljice (med te spadajo tudi solze, ki jih izločajo oboleli za konjunktivitisom) vstopajo v telo skozi sluznico ust, nosu in tudi oči, zato je higiena rok pri tistih, ki nosijo leče, očala ali si zaradi različnih težav morajo oči zdraviti ali ne-

govati s kapljicami, izjemnega pomena. Oftalmologi priporočajo nošenje enodnevnih leč namesto tistih za daljše obdobje (pred vstavljanjem in odstranjevanjem leče mora biti higiena rok zares temeljita) ali očal, ki do neke mere tudi ščitijo oči. Očala redno umivamo z milom in vodo, dotikamo pa se jih samo s čistimi rokami ali še raje z robcem.

Sicer je nega oči v spomladanskem obdobju zelo pomembna, saj je na pohodu tudi cvetni prah, ki marsikomu povzroča solzenje in srbenje.

VID

Laser

v par minutah
povrne vid,
celjenje je hitrejšo,
obremenitev
manjša, postopek
obnovljiv.

Vozniki, pozor!

Na začetku bolezni je vid oslabljen v slabih svetlobnih razmerah, v dežju in snegu, slabše je tudi prepoznavanje kontrastov. V poznejši fazi bolezni pa se zmanjša tudi vidna ostrina – prometni znak, ki smo ga prej videli na oddaljenosti desetih metrov, lahko zdaj vidimo šele, ko smo od njega oddaljeni komaj meter ali dva. Ob prvih težavah z vidom se zato takoj naročimo na pregled k specialistu.

65
let



Meja, po kateri je siva mreena zelo pogosta.



Prof. dr. sc. Nikica Gabrić je opravil že več kot 60.000 operacij oči.

