

Zaradi tablic in telefonov vse več kratkovidnosti

Prim. mag. Vladimir Pfeifer, dr. med., svetovno priznani očesni kirurg



Na Očesni kliniki UKC Ljubljana so pred kratkim bolniku, ki je bil 20 let slep, povrnili vid. Vsadili so mu umetno roženico, operacijo pa je opravil eden najboljših očesnih kirurgov v Evropi, dr. Vladimir Pfeifer, ki nam je v intervjuju povedal tudi, kako naj skrbimo za svoje oči, da bodo ostale zdrave, ter zakaj je vse več otrok kratkovidnih in kako lahko to preprečimo.

Prim. mag. Vladimir Pfeifer, dr. med., je specialist oftalmolog, svetovno priznani očesni kirurg, dobitnik najvišjih priznanj za očesno kirurgijo v Evropi in v Ameriki. Kot vabljeni predavatelj in operater predava, v živo operira pred občinstvom v dvorani z direktnim prenosom iz operacijskih dvoran in vodi različne tečaje ter delavnice o novih očesnih kirurških tehnikah in kirurških tehnikah pri posebno težkih očesnih operacijah po svetu. Je ustanovitelj Očesnega kirurškega centra Dr. Pfeifer, kjer je tudi zaposlen in kjer opravlja najtežje operacije s področja sprednjega segmenta očesa kot tudi operacije zadnjega očesnega segmenta.

► **Dr. Pfeifer, uspelo vam je presaditi prvo umetno roženico v Sloveniji. Kaj to pomeni za bolnike, ki imajo podobne težave?**

Pacientov, ki jim s to operacijo lahko povrnemo vid, ni veliko, saj morajo imeti zdravo mrežnico in vidni živec, lahko pa so skoraj popolnoma slepi zaradi motne roženice. To je najpogosteje po poškodbi ali po zavrnitveni reakciji na že presajeni dajalčevi roženici, po poškodbah s kislino ali lugom, apnom. Tem bolnikom bodo zdaj lahko pomagali tudi v Sloveniji. Tudi po svetu je izredno malo kirurgov, ki to operacijo izvajajo, saj je tehnično zelo zahtevna, zahtevno pa je tudi pooperativ-

no spremljanje.

► **Kako se pripravite na takšen poseg – je potrebno veliko vaje, študija?**

Za tak poseg so potrebni dolgotrajna priprava, študij vse razpoložljive literature, strokovnih člankov, pogovor in izmenjava mnenj z redkimi kirurgi po svetu, ki to operacijo že izvajajo, teoretičen in praktičen tečaj, posvet z izumiteljem te tehnike prof. Dohlmanom s Harvarda, ki sem ga imel srečo osebno spoznati, premlavanje o sami operaciji, premišljanje o možnih zapletih, narediti je treba natančen načrt operacije po fazah, pooperativnega spremljanja. Stvar je izredno kompleksna. Pri tako težki operaciji je bila priprava na posege – čeprav to velja tudi za vse operacije, ki sem jih prvi uvedel v Sloveniji – še toliko bolj dolgotrajna. Največ pa je priprave v glavi, ko tehtaš vse možnosti, ko ne spiš zaradi tega, ko ponavljaš, kako boš vse izvedel, ko te skrbi rezultat ...

► **Kaj vam pomeni dejstvo, da ste človeku pomagali, da spet vidi? Kakšen občutek je to?**

Medicino sem študiral, da bi pomagal po svojih močeh. Nekaterim nam je dano veliko, zato lahko tudi veliko damo. Občutek, ko nekdo vidi po tvoji zaslugi, je fenomenalen, ko veš, da je v to v resnici vključenih veliko malenkosti, ki so se vse poklopile, in nastal je mali čudež. Res sem vesel, vedno znova in znova, ko mi uspe nekaj, v kar sem vlagal svoj čas in znanje, ves svoj trud in zato marsikaj tudi žrtvoval. Nikoli mi ni žal, tudi če ne uspe takoj, vem, da so potrebni čas

in potrpljenje in trdo delo in sposobnosti.

► **Katerih operacij sicer opravite največ – je to siva mreža, kaj drugega?**

V Sloveniji sicer naredimo ogromno operacij sive mreže, letno okoli 20 tisoč. Teh operacij tudi sam veliko naredim. Veliko pa imam tudi izredno težkih operacij, operacij pri zelo majhnih otrocih, dojenčkih, presaditev roženice, glavkomskih operacij. K meni prihajajo pacienti iz vse Slovenije, veliko jih je tudi iz nekdanje Jugoslavije in tujine, na operacijo, ki je težka in je v njihovem okolju sploh ne izvajajo ali niso tako izkušeni.

► **Kako naj skrbimo za zdravje svojih oči, kaj je pomembno?**

Preventivni pregled je nujen, tudi če težav z očmi nimamo, saj so posledice na vidu pri številnih očesnih boleznih vidne zelo pozno, ko je ukrepanje sicer možno, vendar je veliko že zamujenega. Po 40. letu starosti je obvezen pregled očesnega pritiska.

Sproščanje očesnih mišic, zdrava prehrana in veliko telesne aktivnosti, počitek za dve minuti po vsakem 20-minutnem bližinskem delu, izogibanje onesnaženju, obvezna sončna očala na soncu. Pa veliko dobre volje in energije za življenje, to je najpomembnejše.

Pri otrocih se opaža vse več kratkovidnosti, ki je lahko posledica dolgotrajnega gledanja malih zaslonov na telefonu ali tablici.

► **Vse več ljudi ima okvare vida, vsaj tako se zdi. V čem je težava, je to posledica modernega življenja oziroma uporabe računalnika, televizije, tablic, telefonov ...?**

Pri otrocih se opaža vse več kratkovidnosti, ki je lahko posledica dolgotrajnega gledanja malih zaslonov na telefonu ali tablici. Pri tem se očesne mišice namreč stalno krčijo, kar lahko vodi v podaljševanje zrkla očesa, in s tem nastajanja kratkovidnosti. Obstajajo vaje očesnih mišic, ki lahko tu močno pomagajo, jih je pa treba izvajati redno in dolgotrajno, kar vzame veliko časa. Vsem otrokom priporočam gledanje telefona največ 20 minut skupaj. Če že, je vseeno boljše delo z računalnikom, gledanje filma na TV, in ne na telefonu ali tablici. Računalnik in televizija nista tako problematična kot prav telefon.

Vse več sive mreže in degeneracije makule pa je posledica staranja populacije in nezdravega življenja, onesnaženja, kaje-



nja, nezdrave prehrane, premalo gibanja, preslabe zaščite pred soncem.

► **Marsikoga je strah operacije oči, da bi si popravil dioptrijo. Katere so prednosti takšnih operacij v primerjavi z nošnjevo očalo ali kontaktnih leč?**

Očala so preprost pripomoček, skrb za njih je enostavna, lahko jih hitro nadomestimo. So pa nadležna, pri dolgotrajni uporabi povzročijo otiščance na nosu, zjutraj, ko se zbudimo brez očal, nič ne vidimo. Pri kontaktnih lečah je lahko težava zaradi vnetij, ki so tu lahko še posebno težka. Leče lahko morda tudi težko prenašamo. Pri operativni korekciji dioptrije z laserjem Excimer ali s pomočjo implantacije ICL, implantabilnih kontaktnih leč ali z implantacijo multifokalnih intraokularnih leč lahko dioptrijo popolnoma odpravimo. Pomembna je izbira tehnike, ki zagotavlja največjo varnost in najboljši rezultat za posameznega pacienta. Celo za posamezno oko pacienta je lahko najboljša tehnika različna. Tu pa nastopijo pred-

nosti izkušenosti, aparatur in dovršenost tehnike, ki jo uporabimo. Strah je torej odveč, le izbira mora biti prava. Te posege opravljam v Očesnem kirurškem centru dr. Pfeifer. Tudi svojim najbližjim.

Korekcija dioptrije pa pogosto ni medicinsko indicirana, to opravljamo predvsem za izboljšanja kakovosti življenja naših pacientov.

► **Kaj pa raven tovrstnih operacij v primerjavi s svetom?**

V Sloveniji smo v samem svetovnem vrhu. Zapleti so tako redki kot pri nobeni drugi operaciji, ki se izvaja na človeku. Z večjo frekvenco operacij, ki jih izvede posamezni kirurg, postaja bolj zanesljiv in v skupini visokofrekventnih kirurgov je odstotek zapletov izredno majhen. Ni torej vseeno, kdo vas operira. Izrednega pomena pa je tudi opremljenost z najsoodobnejšimi aparaturami in popolno tehniko, izpopolnjeno v vsaki malenkosti.

Eva Jandl

Dr. Pfeifer opozarja starše, da je zaradi prevelike uporabe tablic in telefonov med otroki vse več kratkovidnosti.



Prim. mag. Vladimir Pfeifer, dr. med., svetovno priznani očesni kirurg kot vabljeni predavatelj in operater predava ter v živo operira pred občinstvom v dvorani z direktnim prenosom iz operacijskih dvoran.

Tekst: Eva Jandl; Foto: osebni arhiv