

# Nič več težav z očmi

O očeh in težavami z očmi smo se pogovarjali z dr. Marijo Ano Schwarzbartl Pfeifer iz Očesnega kirurškega centra dr. Pfeifer, oftalmologinjo kirurginjo, ki je samo lani opravila več kot 1800 operacij na očeh in pregledala številne paciente z različnimi očesnimi težavami.

## Kaj je najpogostejša in kaj najresnejša težava, povezana z očmi?

Pacienti najpogosteje obiščejo oftalmologa zaradi slabega vida. Najpogostejši vzroki za slab vid so v Sloveniji podobni kot drugod v razvitem svetu, siva mrena, glavkom in degeneracija makule ali rumene pege. Prepozno ukrepanje oz. zdravljenje lahko privede do nepopravljive okvare vida. Suho oko je tudi zelo pogosta težava, ki jo je treba individualno zdraviti, saj so vzroki za suho oko lahko zelo različni, znaki, ki jih pacient pove, pa podobni.

## Torej so tudi za oči potrebni preventivni pregledi?

Po 40. letu starosti je preventivni očesni pregled nujen, ki naj bi jo opravil prav vsak posameznik, tudi če v družinski anamnezi ni znanih posebnosti ali bolezni na očeh. Treba je pregledati vidno ostrino, izmeriti očesni pritisk, pregledati oko pod biomikroskopom, razširiti zenico in pri široki zenici pregledati mrežnico, vidni živec, žile in centralni del mrežnice, ki ga ljudje pogosto imenujejo rumena pega. Tak pregled običajno traja eno uro, saj moramo počakati, da se zenica razširi. Po pregledu je vid meglen zaradi široke zenice. Če se na takem pregledu ugotovi kakršnakoli patologija, je treba z dodatnimi preiskavami izpeljati diagnostiko in ugotoviti, ali je potrebno zdravljenje. Najhuša in najbolj zahrbna bolezen na očeh je glavkom, ki nič ne boli in počasi pripelje do nepopravljive okvare vida. Že s takim preventivnim pregledom lahko to hitro ugotovimo. Tudi degeneracija makule je bolezen, ki se kaže z izgubo vida šele v zelo poznih fazah, ko izboljšanje ni več možno.

## Na katere simptome moramo biti še posebno pozorni?

Vsako nenadno poslabšanje vida potrebuje pregled takoj, pri nekaterih stanjih je to nujno – odstop mrežnice, zapora žile – takrat so včasih pomembne ure. Postopno slabšanje vida, izpadi v vidnem polju, ki jih zaznamo na primer pri vožnji z avtom, bolečine v očeh ali za njimi, otežkočeno branje drobnega tiska, rdeče, pekoče in utrujene oči so najpogostejši resni znaki, da se z očmi nekaj dogaja. Težave so lahko tudi majhne, pa se odkrije resna patologija. V zrelih letih je najpogostejša očesna težava siva mrena, degeneracija rumene pege, glavkom in suho oko.

## Zelo pogosta bolezen je tudi siva mrena. Kateri so tipični znaki, ki nas na to opozorijo?

Siva mrena je najpogostejši vzrok za slabšanje vida v zrelih letih. Pacienti pogosto pravijo, da vidijo megleno, ponoči se jim blešči, ne vidijo več dobro drobnega tiska, na očalih se jim stalno spreminja dioptrija, z nobenimi očali niso več zadovoljni, zato tavajo od optika do optika, ki pa jim dobrih očal ne more več predpisati, saj je vzrok za slab vid siva mrena.

Prej ko pridemo do oftalmologa, bolje je, saj se siva mrena operira ko pacienta vid moti, ne takrat, ko je že čisto slep. Z operacijo sive

mrene se lahko hkrati znebimo tudi očal, ki smo jih morda prej nosili vse življenje. Tudi če smo imeli zelo debela očala, jih z operacijo sive mrene morda ne bomo potrebovali več. Zato je operacija sive mrene najpogosteje izvajan refraktivni poseg na očesu. Pri operaciji namreč iz očesa odstranimo motno očesno lečo in na njeno mesto postavimo umetno. Umetna leča ima lahko eno žarišče, lahko dve žarišči ali tri žarišča, lahko ima vgrajen tudi cilindar. Z izbiro prave leče se po operaciji tako lahko popolnoma znebimo očal, in sicer ne glede na to, kakšne ste prej potrebovali, za na daleč, blizu ali oboje.

## Operaciji sive mrene je torej lahko tudi refraktivni poseg, saj se z operacijo hkrati znebimo tudi očal?

Večinoma se pacienti že zavedajo, da je operacija sive mrene tudi refraktivni poseg, torej omogoča hkrati korekcijo dioptrije. Zato so pogosto pričakovanja visoka, kar je tudi prav. Vsi, ki vsaj malo preberejo o sivi mreni, bi bili radi po operaciji brez očal. Z intenzivnim razvojem intraokularnih leč (IOL) v zadnjih 20 letih, je to tudi možno. Na trgu so multifokalne leče v treh različnih oblikah. Kot bifokalne IOL, ki omogočajo gledanje brez očal na blizu in daleč, ne dajejo pa dobre vidne ostrine na srednji razdalji, kot je treba za računalnik. Trifokalne IOL imajo poleg žarišča za daleč in blizu še tretje žarišče za srednjo razdaljo, torej tudi za računalnik. Leče s podaljšanim žariščem pa omogočajo gledanje brez očal nekako od 60 cm dalje. Če imamo na roženici še astigmatizem, moramo multifokalnim lečam dodati cilindar. Tako dobimo multifokalno torično IOL.

Bistven je pregled pred operacijo sive mrene, pri katerem se naredi več meritev očesa in pregledajo mrežnica, roženica in drugi deli očesa. Na osnovi meritev in pregleda se individualno lahko odločimo, kaj je za posameznega pacienta najboljša rešitev. Pomembna je tudi kvaliteta samega materiala leče, ki se ustavi v oko, in seveda izbor kirurga. Kirurg, ki na leto opravi več kot 1000 operacij, je gotovo najzanesljivejša izbira.

## Kakšen je vaš nasvet za oči?

Predvsem je treba skrbeti za čim boljše počutje, ne se zadružujejo samo notri, malo zraka ne škodi, nujno pa je treba nositi sončna očala s primerno UV-zaščito. Paziti je treba na hidracijo, se zdravo prehranjevati in pozitivno razmišljati o sebi in vsem, kar nas obkroža. Pri dobri kondiciji so tudi oči bolj zdrave, manjše težave z njimi se lažje prenašajo in uspešneje rešijo.



**Marija Ana Schwarzbartl Pfeifer**  
Očesni kirurški centr dr. Pfeifer,  
oftalmologinja kirurginja