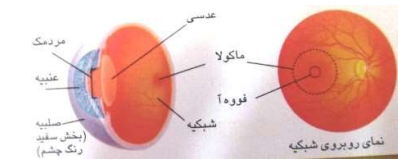


دژنرسانس ماکولا وابسته به سن (AMD) چیست؟

دژنرسانس ماکولا وابسته به سن (AMD) یک بیماری چشمی است که بسیاری از افراد بالاتر از ۵۰ سال را درگیر می‌کند. در این بیماری یک یا هر دو چشم ممکن است گرفتار شود، ماکولا یا بخش مرکزی شبکیه در اغلب موارد دچار مشکل می‌شود ولی حتی در موارد پیشرفته نیز معمولاً دید جانبی بیمار حفظ می‌شود، دژنرسانس ماکولا در دو نوع خشک و مرطوب دیده می‌شود.



انواع دژنرسانس ماکولا کدامند؟

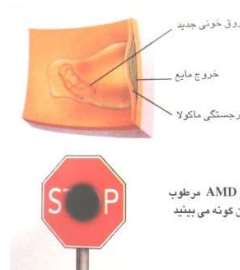
نوع خشک دژنرسانس ماکولا (Dry AMD) شایعترین نوع دژنرسانس ماکولا محسوب می‌شود در مراحل اولیه تغییرات زیادی در دید بیمار ایجاد نمی‌شود. در عین حال مواد اضافی به شکل رسوبات زرد رنگ به نام دروزن (Drusen) در زیر شبکیه دیده می‌شوند. با گذشت زمان به تدریج دید مرکزی بیمار کاهش می‌یابد و ممکن است بیمار متوجه وجود نقاط کور در دید مرکزی خود شود و رنگها کم رنگ تر به نظر آیند. به تدریج شبکیه در مناطقی نازک شده و اصطلاحاً آتروفی پیدا میکند.

راه مطمئنی جهت بازگرداندن دید از دست رفته بیمار در این نوع وجود ندارد. اما با استفاده از مکمل های غذایی میتوان تا حدی از پیشرفت آن جلوگیری نمود. از طرف دیگر، میتواند به نوع مرطوب دژنرسانس ماکولا تبدیل شود، لذا لازم است این بیماران تحت نظر چشم پزشک باشند.



نوع مرطوب دژنرسانس ماکولا (wetAMD)

شیوع آن بسیار کمتر از نوع خشک است ولی از نظر تأثیر بر دید مرکزی بسیار پرخطرتر می‌باشد این بیماران ممکن است به طور ناگهانی متوجه نقاط تاریک یا، کور اعوجاج تصویر و کاهش دید مرکزی خود شوند علت آن ایجاد و رشد عروق ظریفی در زیر شبکیه می‌باشد که نئوواسکولاریزاسیون کوروئید (CNV) نامیده می‌شود. این رگها باعث نشت مایع و خون در زیر قسمت مرکزی شبکیه و متعاقباً برجستگی ماکولا، اعوجاج تصویر و کاهش دید مرکزی می‌شوند. با گذشت زمان این رگهای ظریف بزرگ تر شده و میزان نشت مایع و خون از آنها افزایش می‌یابد و همچنین تخریب بافت شبکیه با شدت بیشتری صورت می‌گیرد. لذا در نوع مرطوب دژنرسانس ماکولا هر چه بیماری در مراحل زودتر تشخیص داده شود، شانس بیشتری برای حفظ دید باقیمانده و در مواردی افزایش دید وجود خواهد داشت. به همین علت انجام بررسی های مکرر و منظم توسط خود بیمار و نیز توسط چشم پزشک ضروری است.



دژنرسانس ماکولا چگونه تشخیص داده میشود؟

معاینات چشمی منظم توسط چشم پزشک، باعث تشخیص بیماری در مرحله بدون علامت می‌شود. لذا انجام معاینات منظم مطابق الگوی زیر برای تمام بیماران توصیه میشود:

* حداقل یک بار در طی دهه سوم زندگی

* حداقل دو بار در طی دهه چهارم زندگی

* هر ۲ تا ۴ سال در سنین ۴۰ تا ۶۴ سالگی

* هر ۱ تا ۲ سال بعد از ۶۵ سالگی

در صورتی که متخصص چشم در معاینه علائمی به نفع AMD بیابد، ممکن است برای تأیید تشخیص و یا درک بهتر شدت دژنرسانس ماکولا، انجام عکسبرداری از شبکیه را توصیه کند. در نوعی از عکسبرداری که آنژیوگرافی نامیده می‌شود، رنگ خاصی را از طریق ورید بازو تزریق کرده و سپس از چشم در فواصل زمانی معین عکسبرداری میکنند. با استفاده از آنژیوگرافی میتوان انواع مختلف دژنرسانس ماکولا را از یکدیگر تشخیص داد. در نوع دیگری از عکسبرداری که به OCT معروف است، بدون نیاز به تزریق ماده خاصی میتوان از چشم عکسبرداری کرد، با این روش میتوان میزان نشت مایع و تورم ناحیه ماکولا را تشخیص و شدت آن را اندازه گیری کرد. یکی از روشهای بسیار مفید برای ارزیابی میزان پیشرفت بیماری که توسط خود بیمار انجام میشود، ارزیابی کیفیت دید مرکزی با استفاده از جدول آمسler میباشد. ۱- لازم است از جدول آمسler با اندازه واقعی استفاده کنید، لذا برگه جدول آمسler را از پزشک خود بخواهید.

۲ - جدول را در فاصله ۳۳ سانتیمتری خود نگهدارید.

۳- چشم مقابل را ببندید و برای چشم مورد نظر در صورت نیاز، از عینک نزدیک استفاده کنید.

۴ - به نقطه سیاه مرکزی جدول خیره شوید و در عین حال هر گونه تغییری در خطوط جدول، اعم از اعوجاج خطوط و یا لکه های سیاه را ثبت نمایید.



دانشگاه علوم پزشکی شیراز

مجمع درمانگاهی تخصصی و فوق تخصصی

امام رضا و شهید مطهری

دژنرسانس

وابسته به سن ماکولا

Age-Related Macular

Degeneration

زیر نظر: دکتر محمد کریم جوهری

گرد آورنده:

لیلا جمالی طلب

کارشناس ارشد مدیریت

بهار ۱۴۰۴

در حال حاضر، درمانی برای این نوع وجود ندارد تحقیقات انجام شده، نشان داده است که مصرف مکمل های ویتامینی، پیشرفت بیماری را کند تر میکنند ولی قادر به بهبود بیماری نمی باشند. در واقع بیشتر نقش پیشگیری کننده دارند.

چگونه چشمان خود را از این بیماری محافظت کنیم؟

*از سبزیجات و میوه جات تازه بیشتر استفاده کنید.

*قرصهای حاوی مولتی ویتامین و املاح که برای دژنرسانس ماکولا و با ترکیبات معین ساخته شده را با دستور پزشک، استفاده نمایید

*اگر سیگار میکشید باید توجه داشته باشید که در مطالعات مختلف سیگار باعث تشدید دژنرسانس ماکولا شده و لازم است هر چه سریع تر آن را قطع نمایید.

* فشار خون خود را به خوبی کنترل نمایید.

* ورزش کنید، وزن خود را کم کنید و پرهیز غذایی را رعایت نمایید.

* چشمان خود را با استفاده از عینک آفتابی و کلاه از اشعه خورشید محافظت کنید.

استفاده از وسایل کمک بینایی

وسایل کمک بینایی از قبیل عینکهای مخصوص، ذره بین ها و کتاب های با حروف درشت میتواند به بیمار کمک کند تا بتواند با وجود بیماری دژنرسانس ماکولا کماکان زندگی فعالی داشته باشد.

منابع:

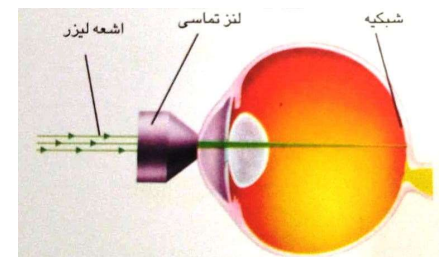
کتاب بروئر و سودارث (پرستاری داخلی و جراحی) چشم و گوش- ترجمه منصوره علی اصغرپور- دکتر طاهره نجفی- ویراست پانزدهم- سال ۱۴۰۲



دژنرسانس ماکولا چگونه درمان میشود؟

درمان نوع مرطوب دژنرسانس ماکولا

درمان نوع مرطوب شامل استفاده از لیزر حرارتی، لیزر ویژه عروق زیر شبکیه (PDT) و تزریق داروهای مهار کننده رشد عروق زیر شبکیه (Avastin) میباشد. هدف از درمان در مرحله اول جلوگیری از رشد ضایعه و محدودتر کردن آن میباشد باید به خاطر داشت که هر چه درمان ضایعه در مراحل ابتدایی تری انجام شود، نتیجه نهایی بهتر خواهد بود، ولی با وجود تمام درمانها باز هم ممکن است بیماری در موارد اندکی به رشد خود ادامه دهد. لذا در مواردی ممکن است از چند نوع درمان برای یک بیمار خاص استفاده شود. در طی پیگیری نیز ممکن است نیاز به تکرار درمان وجود داشته باشد.



درمان نوع خشک دژنرسانس ماکولا