



مجتمع درمانگاهی امام رضا (ع)

و شهید مطهری

دژنرسانس وابسته به سن ماکولا

تهیه کننده: خانم لیلا جمالی طلب

کارشناس پرستاری - ارشد مدیریت

با نظارت: آقای دکتر محمدکریم

جوهری فوق تخصص شبکیه

واحد آموزش ضمن خدمت

تابستان ۱۴۰۳

دژنرسانس ماکولا چگونه تشخیص داده

میشود؟

معاینات چشمی منظم توسط چشم پزشک، باعث تشخیص بیماری در مرحله بدون علامت می شود. 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 می شود، 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 آملر میباشد:

۱- لازم است از جدول آملر با اندازه واقعی استفاده کنید، لذا برگه جدول آملر 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.

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

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.

منبع: کتاب برونر و سودارث (پرستاری داخلی و

جراحی) چشم و گوش - ترجمه منصوره علی

اصغرپور - دکتر طاهره نجفی - ویراست پانزدهم -

سال ۱۴۰۲