Особенности зрения в пожилом возрасте

Уход за пожилыми больными с точки зрения окулиста имеет множество нюансов. Все они обусловлены тем, что уход за пожилыми больными должен осуществляться с учетом того, какими заболеваниями глаз может страдать пациент. А надо учесть, что основные офтальмологические заболевания – катаракта, макулодистрофия и глаукома – это те враги, которые подкрадываются к глазам незаметно. И в том, чтобы вовремя выявить по первым признакам эти заболевания, и заключается профессиональный уход за пожилыми больными с точки зрения офтальмолога. А теперь подробнее поговорим об этих болезнях.

Катаракта - это заболевание, которое заключается в помутнении глазного хрусталика. Слепота, вызванная катарактой, излечима. Зрение снижается постепенно и безболезненно. При созревании катаракты или полном помутнении хрусталика остается только ощущение света. Основной метод лечения катаракты - хирургический. Проводится замена своего, но мутного хрусталика на искусственный прозрачный. После операции зрение восстанавливается.

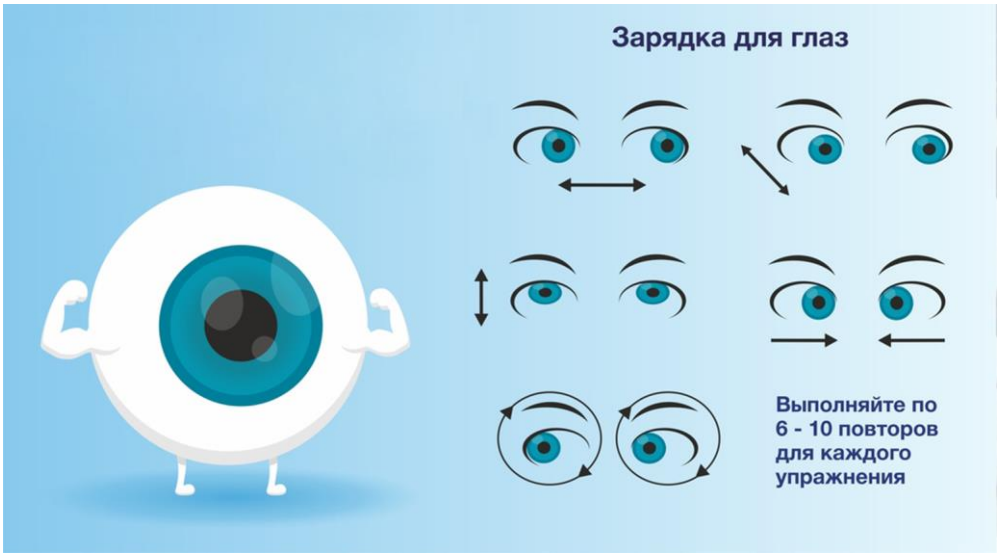
Макулодистрофия - это болезнь, при которой центральная зона сетчатки глаза подвергается дистрофическим изменениям. Люди редко остаются слепыми полностью – сохранение бокового зрения препятствует этому. Однако при этом заболевании невозможно заниматься практически никакой работой, а также очень трудно читать и писать.

К сожалению, эффективных методов лечения макулодистрофии нет. Однако необходимо принимать препараты с лютеином, улучшающие питание сетчатки и задерживающие снижение зрения.

Глаукома в настоящее время занимает одно из первых мест среди причин слепоты в развитых странах. Это заболевание, при котором повреждается зрительный нерв. Фактором риска является повышенное внутриглазное давление. Ухудшается сначала только боковое зрение, поэтому начальная стадия заболевания протекает незаметно. Второй глаз может заболеть значительно позже, и человек только тогда замечает снижение или даже отсутствие зрения. Как правило, при глаукоме показана хирургическая операция. Лечение сохраняет оставшееся зрение, но, к сожалению, не вернет потерянное - нервные волокна гибнут необратимо.

Необходимо соблюдать несложные правила, чтобы сохранить зрение:

1. Регулярно, не реже 1 раза в год, обследоваться у офтальмолога, даже если у вас нет жалоб.
2. При неблагоприятной наследственности по глаукоме необходимо с 35-летнего возраста регулярно измерять внутриглазное давление.
3. Носить солнцезащитные очки.
4. Перестать курить и употреблять алкоголь.
5. Следить за такими показателями, как вес, внутриартериальное давление, кровяной уровень сахара и холестерина.


Зарядка для глаз
Выполняйте по
6 - 10 повторов
для каждого
упражнения