

# ГЛАУКОМА: МИФЫ И ФАКТЫ

*Название этой болезни, точнее, большой группы патологий, приводящих к одинаковому результату, переводится с древнегреческого (а недуг известен со времен Гиппократ!) как «опухоль цвета морской волны», хотя прямого отношения к опухоли глаукома не имеет. Характеризуется она повышением внутриглазного давления, приводящим при отсутствии лечения к повреждению зрительного нерва и полной утрате зрения. Вокруг этого недуга и борьбы с ним гуляет немало мифов и заблуждений. Разберем самые основные и устойчивые из них.*

**МИФ №1:**  
**бывает только у пожилых людей**

Этому заболеванию подвержены люди абсолютно всех возрастов, в том числе и дети, даже совсем маленькие. Существуют врожденная глаукома (проявляется до 3 лет), детская глаукома (симптомы развиваются в период от 3 до 7-10 лет) и ювенильная глаукома (срок развития клинических проявлений – с 10-11 до 18 лет). Для каждого возраста характерны свои причины возникновения и особенности течения глаукоматозного процесса.

Необходимо показать ребенка врачу-офтальмологу при появлении следующих подозрительных симптомов:

- ✓ неестественно большие красивые глаза у новорожденного;
- ✓ неадекватно высокий (больше чем на 1,5 диоптрии) ежегодный прирост близорукости;
- ✓ внезапное затуманивание зрения (когда хочется протереть глаза, но улучшение после этого не наступает);
- ✓ постоянные несильные боли в глазу и голове со стороны этого глаза.

**МИФ №2:**  
**можно лечиться народными средствами**

Говоря о народных средствах, мы имеем в виду травы, природные жидкости, продукты жизнедеятельности пчел – все то, что народная мудрость изучала и собирала веками. Несомненно, при многих болезненных состояниях эти средства действительно оказывают пользу, однако к глаукоме это, увы, не относится.

Закапывание растительных препаратов и растворов, использование меда, прием черники в больших количествах никакого клинически значимого эффекта на состояние глаза при глаукоме не оказывает – зрение в результате такой терапии не улучшается. Напротив, при излишнем доверии к народным средствам и отказе в их пользу от обращения к врачу ценное время, когда можно было бы начать адекватное медикаментозное лечение, может быть упущено настолько, что уже и хирургическое вмешательство окажется бесполезным – зрение исчезнет, и вернуть его будет невозможно никакими средствами.

**МИФ №3:**  
**после операции болезнь больше не появится**

Не всегда так. Многое в этом вопросе зависит от того, когда было выявлено заболевание.

Если пациента прооперировали на ранней стадии глаукомы, то при дальнейшем наблюдении у врача-офтальмолога, правильном консервативном лечении и соблюдении всех врачебных рекомендаций и назначений болезнь, как правило, не прогрессирует. Да, она остается с пациентом навсегда, но дальнейшего разрушения клеток зрительного нерва происходить не будет.

Но если пациент обращается за врачебной помощью на поздней стадии заболевания, когда уже есть потеря зрительных функций или потеря (и значительная) полей зрения, в этом случае даже комбинированное лечение будет не способно остановить прогрессирование потери зрения.

При возникновении каких-то нежелательных симптомов в прооперированном глазу нужно обязательно обращаться к врачу, так как может потребоваться коррективная или даже повторная операция.

**МИФ №4:**  
**при заболевании нельзя носить контактные линзы**

Сам факт повышения внутриглазного давления (ВГД) или наличие атрофических процессов в зрительном нерве не является противопоказанием для ношения контактных линз.

Исключение составляя случаи подъема ВГД, сопровождающиеся отеком и увеличением роговицы с последующим развитием в ней дистрофических процессов. Тогда линзы могут не совпадать с ее измененной поверхностью и тем самым усугубить ее состояние и даже вызвать болевой синдром.

В ряде случаев при глаукоме применяют специальные лечебные контактные линзы, которые помимо коррекции остроты зрения выполняют функцию депо лечебных глазных капель (пропитана лечебными препаратами, которые, постепенно высвобождаясь при ношении из линзы, оказывают терапевтическое действие на глаз/глаза длительное время).

**МИФ №5:**  
**лечиться (закапывать капли) нужно только до нормализации внутриглазного давления**

Очень опасное заблуждение, из-за которого многие пациенты самостоятельно отменяют назначенную врачом терапию и в результате теряют зрение.

Глаукома – пожизненное заболевание, она не исчезает даже при регулярном закапывании капель. Цель антиглаукоматозной терапии – убрать механическое давление на волокна зрительного нерва (вызывающее последующую гибель клеток с утратой зрительных функций) посредством нормализации внутриглазного давления (ВГД).

К сожалению, приведение уровня ВГД к нормальным значениям

(9-21 мм рт.ст.) совсем не означает остановку патологического процесса. Медицина пока не может ответить на вопрос: почему при нормальном глазном давлении все равно продолжается гибель клеток зрительного нерва у большинства пациентов с глаукомой? Поэтому отменить медикаментозную терапию при длительно сохраняющихся нормальных показателях ВГД может только врач на основании исследования полей зрения (компьютерная периметрия), а также оптической когерентной томографии (ОКТ).

Самостоятельная отмена лечения может впо-

следствии привести к полной слепоте, которая подкрадется с периферии зрения, оставаясь до поры до времени незамеченной.

**ЛЕЧЕНИЕ – ПОЖИЗНЕННОЕ!**

Разобрав основные мифы о глаукоме, в качестве подведения итога кратко остановимся на установленных и неоспоримых фактах о ней.

- В 95 процентах случаев болезнь протекает незаметно для человека. Поэтому ежегодные профилактические осмотры у офтальмолога обязательны!

- Риск развития глаукомы резко возрастает после 40 лет, а у людей пожилого возраста ее доля достигает 40%.

- По данным Всемирной организации здравоохранения (ВОЗ) на 2017 год, глаукома занимает лидирующую позицию в структуре инвалидности по зрению среди взрослого населения Земли (28%), обгоняя такие болезненные состояния, как дегенеративная миопия (19%), последствия глазных травм (16%), заболевания сосудистого тракта, сетчатки и зрительного нерва (15%), патология хрусталика (12%).

- При отсутствии лечения глаукома неминуемо прогрессирует и ведет к слепоте.

- Полностью излечиться от глаукомы нельзя. Можно лишь максимально долго поддерживать здоровье пораженных ею глаз, применяя медикаментозное или оперативное лечение. При отсутствии показаний к хирургическому лечению пациентам с глаукомой нужно пожизненно капать капли, снижающие внутриглазное давление.

**Любовь АМХАНИЦКАЯ,**  
врач-офтальмолог,  
кандидат  
медицинских наук.

**Ф**ИЛОСОФИЯ ЗДОРОВЬЯ

## Совершенствуйте себя

**В середине 90-х годов помню, как дочка прибежала вся в слезах с криком ужаса: «Мама, я больше мяса есть не буду!» А произошло это так: Алла стояла на автобусной остановке у светофора. И вдруг, подняв глаза на остановившуюся машину с коровами, которых везли на бойню, она увидела, как корова плачет (пишу, а сама плачу) крупными слезами.**

Так началось наше вегетарианство. Мужу я варила отдельно, пока он сам не отказался от мясного. Что мы едим? Все остальное. В общем-то, человеку не много надо: главное – овощи, фрукты, немного мучного, молоко, бобовые (растительный белок), орехи, ягоды. И обязательно во время еды надо думать о пользе того, что едим, и тогда все это пойдет на пользу.

А вот с расхожей фразой: «Мы – то, что мы едим» совершенно не согласна. Ведь питание (подзарядка энергии) – не главное в жизни. И чтобы восполнить недостающую энергию, не обязательно кушать братьев наших меньших. Достаточно растительной пищи, иногда

рыбы, желательно морской. Ведь очень много энергии теряет человек раздражительный (обычно безвольный), злобный, завистливый. Такой человек, как правило, болеет. А вместе с ним и все его окружение.

А наш организм замечательно устроен. И, как говорил величайший русский физиолог Иван Петрович Павлов, «Человеческий организм есть в высшей степени саморегулирующаяся система, сама себя направляющая, поддерживающая, восстанавливающая и даже совершенствующая». Так и есть, и задача каждого из нас – совершенствовать себя во всем: в умении оставаться справедливым, бескорыстным даже среди повальной подкупности, строгим к себе среди общей распущенности. Это не просто в наше время. Но это жизненно необходимо.

И еще обязательно надо учиться радоваться любым проявлениям доброты и красоты. Вот в январскую оттепель вдруг распустился желтый цветок – лютик. Разве это не радость? Поблагодарила, поговорила с ним. Правда, он на низкой ножке и не может покачаться, как это делают другие цветы. Вот уж поистине: «Из каждого цветка смотрю

на вас и шлю вам радость», – говорит Господь. Пишу это и сердечно прошу: учитесь радоваться. Поверьте, все болячки уйдут, успокоятся.

А на пороге уже весна! Давайте, дорогие россияне, и мы начнем пробуждаться. Нам есть над чем задуматься, не обвиняя никого. Подумать, где и что мы не так сделали, помыслили, ведь просто так никогда ничего не происходит: нам всем жизненно необходимо меняться в лучшую сторону.

Возвращаясь к началу письма, к теме питания, думаю мне, что нужно отдавать предпочтение белому мясу, если невозможно отказаться от кровяного мяса. И более безвредно приготовление его на вольном огне. В общем, вопрос не простой. Но результат дает о себе знать при условии, что сознание должно быть высокое, а поступки и мысли чистые.

Вот я живу и радуюсь весне, первый день которой встретила в семьдесят пятый раз. Всем-всем сердечно желаю здоровья, бодрости духа и побольше радостных дней.

**Адрес: Никишиной Вере Николаевне, 352700 Краснодарский край, г. Тимашевск, ул. Интернациональная, д. 9.**