

Одно и то же видят по-разному. Что такое астигматизм и можно ли от него избавиться

О дефекте зрения «Белгородская правда» поговорила с врачом-офтальмологом Оксаной Решетняковой



Фото: pixabay.com

Несколько лет назад в нашей организации дети сотрудников проходили осмотр в одном из городских медицинских центров. После приёма, который вёл молодой офтальмолог, градус беспокойства у мам резко поднялся: у большинства детей был диагностирован астигматизм.

Но, оказалось, переживать за их зрение было рано.

«Оптический дефект зрения – астигматизм, это не редкость, он есть у двух третей населения нашей планеты. Если его степень менее 0–0,75 диоптрии, то это не влияет на качество жизни, и пациент узнаёт о нём лишь при осмотре офтальмолога, – говорит **Оксана Решетнякова**. – Но если астигматизм высокой степени, да ещё сочетается с близорукостью или дальнозоркостью, то можно говорить о заболевании, которым необходимо долго и тщательно заниматься».

Простой тест

Фигура с одинаковыми по толщине и цвету лучами – самый простой тест на астигматизм. Посмотрите на неё, прикрыв один глаз, зажмуриваться нельзя. При астигматизме вы увидите лучи, одни из которых будут более контрастными, а другие – менее. Почему одинаковые лучи люди видят по-разному?

«Сетчатка глаза – это экран, принимающий световое раздражение. Перед ней находятся структуры, преломляющие световой пучок, – хрусталик, роговица. В норме световой пучок, преломляясь через меридианы роговицы и хрусталика, формирует на сетчатке точку, как на компьютере пиксель, далее информация поступает в зрительный центр коры головного мозга», – объясняет Оксана Решетнякова.



Фото: pixabay.com

Очки с улицы: стоит ли задерживаться у прилавков с таким товаром?

Но если хрусталик и роговица неправильной формы, то часть световых пучков фокусируется не на сетчатке, а около. Образуется нечёткая точка, искажённый пиксель.

В этом случае **оптическая система глаза** не способна чётко сфокусировать наблюдаемую картину. Причём объекты видятся расплывчатыми вне зависимости от расстояния, люди с астигматизмом одинаково плохо видят как вблизи, так и вдали.

А ведь чёткость зрительного восприятия – это, прежде всего, чёткость границ. Поэтому при астигматизме лучи на используемой в качестве теста фигуре выглядят с расплывчатыми участками.



Фото: pixabay.com

Откуда головная боль

Ни хрусталик, ни роговица абсолютно правильной формы в природе не встречаются, и астигматизм, даже небольшой степени, у всех проявляется по-разному.

«Многое зависит от зрительной нагрузки. Степень в одну диоптрию тот же тренер и не заметит, а офисный сотрудник, сидящий весь день перед монитором, видит, что во второй половине дня изображение расплывается, да и головная боль даёт о себе знать», – говорит Оксана Геннадьевна.

Причём людям часто и невдомёк, что проблема кроется в нарушении зрения, и они долгое время лечат мигрень.

А основной признак астигматизма – снижение остроты зрения. Это хорошо заметно в сумерках, когда пропадает не только чёткость изображения, но и способность различать цвета. Из-за того, что **глазу** сложно фокусироваться, ухудшается скорость чтения, а также реакция во время вождения автомобиля.

При астигматизме средней степени искажается картинка, плывут очертания предметов, искривляются прямые линии. При высокой степени ухудшение зрения сопровождается головокружением, головными болями, резью в глазах.



Фото: pexels.com

Не отмахивайтесь от жалоб детей

Астигматизм возможен в любом возрасте. Для детей важно, чтобы он был диагностирован и скорректирован как можно раньше.

«Мы помогаем нашим маленьким пациентам вырасти со здоровыми глазами, тщательно наблюдая за ними. Они носят очки, контактные линзы, чтобы головной мозг получал полноценную информацию, чтобы у детей не развивалась амблиопия – функциональная слабость зрительного центра коры головного мозга», – говорит Оксана Решетнякова.

Если видимый образ туманен, то зрительный центр не созревает, налицо синдром «ленивого глаза». Вот почему офтальмологи придают такое большое значение регулярному осмотру детей, особенно в первые годы жизни.

В позднем возрасте даже применяя максимальную коррекцию зрения с помощью очков или линз, добиться стопроцентной остроты зрения невозможно.

Но, к сожалению, не каждый врач сегодня может применить авторефрактометр или ретиноскоп. Это современные приборы, которые в офтальмологии позволяют делать точную диагностику, в том числе благодаря скорости измерения параметров у непоседливых детей.

«Врачи-офтальмологи в детских поликлиниках до сих пор вынуждены пользоваться только скиаскопическими линейками – методикой прошлого века. Это трудоёмкое исследование, которое выдерживает не каждый ребёнок, – говорит Оксана Геннадьевна. – Но белгородские детские офтальмологи просто виртуозы, они в таком невероятном потоке пациентов вылавливают детей-астигматиков и отправляют их на детальное обследование».

То, что порой обследование было недостаточным, видно, когда ребёнок идёт в школу. Вроде при проверке зрения перед учёбой всё было в норме, а теперь, посидев 15 минут над уроками, ребёнок начинает тереть глаза, жалуется на головную боль. Не отмахивайтесь от этих жалоб, необходимо опять обратиться к офтальмологу для более тщательного обследования.

Чем и как лечить

Если у родителей есть врождённый астигматизм, то велика вероятность, что он будет и у ребёнка. Это повод для обязательного его наблюдения у врача-офтальмолога с самого раннего возраста. Приобретённый астигматизм развивается из-за воздействия внешних факторов: травмы, операции глаз, повреждения роговицы, на поверхности которой образуется ранка, а затем рубец, искажающий преломление лучей. Из-за возрастной катаракты также нередко возникает астигматизм.

«Астигматизм можно компенсировать очковой коррекцией, всё большую популярность набирают **контактные линзы**. Совсем недавно применяли жёсткие, сейчас появились мягкие, так называемые торические. Это линзы особой формы, их конструкция немного сложнее тех, которые используются для коррекции других нарушений рефракции», – объясняет врач.

К специальным очкам с цилиндрическими линзами дети привыкают через несколько дней, а вот взрослым приходится непросто.



Ш и Б сидели на трубе. За что мы платим, заказывая очки

«Цилиндрический компонент позволяет корректировать рефракцию каждого меридиана в отдельности и добиваться высокой остроты зрения, – говорит Оксана Геннадьевна. – Но при высокой степени астигматизма, да ещё в сочетании с близорукостью или дальнозоркостью, пациенты тяжело переносят этот способ коррекции».

Люди жалуются на головокружение, боль в глазах, плохую ориентацию в пространстве, быструю

утомляемость.

«Чтобы убрать неприятные симптомы, улучшить переносимость очков, офтальмологам иногда приходится уменьшать в очках силу цилиндра, при этом ухудшая уровень зрения», – говорит врач.

Очки и контактные линзы астигматизм не лечат, они только компенсируют его степень. Не стоит пытаться вылечить астигматизм с помощью зрительной гимнастики и компьютерных тренажёров, эти упражнения хороши как укрепляющие глазодвигательные мышцы и снимающие напряжение с глаз. Избавиться от астигматизма возможно только с помощью лазерной коррекции и только после 18 лет.

Елена Мирошниченко