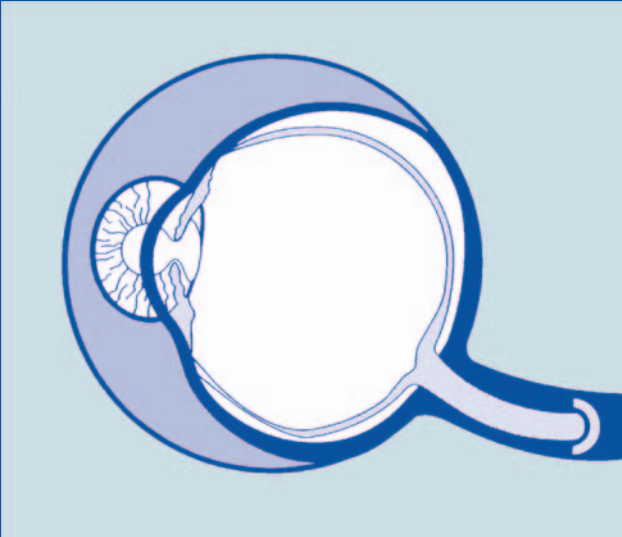


أسئلة وأجوبة عن الماء الأزرق
(GLAUCOMA) في العين
لص البصر المتسلل

Questions and Answers
about
GLAUCOMA
the
'Sneak Thief of sight'



المحتويات الصفحة

2..... العين

3..... ما هو مرض الماء الأزرق في العين (الجلوكوما)؟

4..... ما هي أعراض الماء الأزرق في العين (الجلوكوما)؟

4..... كيف يتم إكتشاف الماء الأزرق في العين (الجلوكوما)؟

5..... مَنْ هو عرضة لإصابة الماء الأزرق في العين (الجلوكوما)؟

هل يؤثر الماء الأزرق في العين (الجلوكوما)

6..... على قيادة السيارة بسلامة؟

7..... هل يمكن الشفاء من الماء الأزرق في العين (الجلوكوما)؟

7..... هل هناك أنواع مختلفة من الماء الأزرق في العين (الجلوكوما)؟

9..... ما هي أنواع العلاج المتوافرة؟

9..... كم يجب إستعمال قطرات العين؟

ماذا يترتب عليّ أن أفعل إن لم يكن بمقدوري إتباع تعليمات

9..... طبيب العيون المُعالج؟

9..... ما هي الطريقة الأكثر فعالية لإستعمال قطرات العين؟

هل توجد طرق بسيطة يتوجّب عليّ إتباعها

10..... بخصوص قطرات العين؟

11..... نقاط أخرى هامة يجب أخذها بعين الإعتبار

هل تتوفر معلومات أكثر تفصيلاً حول مرض

12..... الماء الأزرق في العين (الجلوكوما) وعلاجه؟

إن الماء الأزرق في العين مرض شائع وواحد من
المسببات الرئيسية للعمى في أستراليا. وقد
يُصيب أي شخص وفي أي عمر علماً إن خطر
حدوثه يزداد بعد بلوغ سن الأربعين. ويمكننا من
خلال إتباع بعض التعليمات البسيطة أن نحد من
إصابات هذا المرض؛ لكن من المؤسف أن إدراك
الناس ضعيف في هذا المجال. وقد صمّم هذا
الكتيب لتزويدك بالمعلومات الهامة عن مرض
الماء الأزرق في العين (جلوكوما-Glaucoma) -
ماهيته، وما يترتب عليك أن تفعل لتجنب آثاره
المعطلة.

خذ بعض الوقت لقراءة هذه المعلومات وإنتبه
للخطوات التي تحتاج إلى إتخاذها. ويمكنك أن
تساعد الآخرين أيضاً، خاصة من يمتون اليك
بصلة قرابة الدم من خلال إطلاعهم على ما لديك
من معلومات. ومن خلال القيام بهذه الأمور،
فإنك تساعد على الحد من أخطار وقوع مرض
الماء الأزرق في العين (جلوكوما-Glaucoma)
في بلدنا والذي يُعرف بلصّ البصر المتسلل.

Alcon[®]
The Specialist Eye Care Company

The production of this booklet is
supported by an educational
grant from Alcon.

س ما هو مرض الماء الأزرق في العين (Glaucoma)؟

إن العين مصنوعة من أنسجة رقيقة لكن متينة لتبقى خفيفة الوزن بهدف التحرك السريع. وشأن الكاميرا الفوتوغرافية، تحتاج العين للحفاظ على شكلها كي تتمكن من تركيز الضوء بدقة. ويتم بلوغ العين لشكلها من خلال دوران السائل النقي (الرطوبة المائية) داخل العين مما يؤدي إلى الحفاظ عليها متينة مثل البالون ويعطي العين ضغطاً محدداً. ويتم ضخ الرطوبة المائية إلى داخل العين من الدورة الدموية حاملة معها الأوكسجين والسكريات والمغذيات الضرورية الأخرى لتغسل وتغذي العين. وتدور هذه المادة في تجويف العين ثم تنصرف من خلال شبكة تصريف (نظام تصريف شبيهة بالمصفاة) لتعود إلى الدورة الدموية كي تتجدد ثانية.

الرسم البياني - خط بياني يبين قسم مقطوع من العين (القرنية، القرنية، الشبكية، العصب البصري، الصلبة، البؤبؤ، الجسم الزجاجي)

ج. إن الجلوكوما (الماء الأزرق في العين) هو الاسم الذي يُطلق على مجموعة من أمراض العين حيث يتعرض عصب البصر الموجود في مؤخرة العين للعطب البطيء والدائم. وينجم هذا العطب عند معظم الناس جراء الضغط الزائد داخل العين - نتيجة إنداد دوران الرطوبة المائية أو شبكة تصريفها. أما بالنسبة لبعض المرضى، لربما كان هذا العطب ناجم عن ضعف في التروية الدموية إلى ألياف العصب البصري الهام، ضعف في بنية العصب، و/أو وجود مشكلة في صحة ألياف العصب نفسه.

وبشكل عام لا يرافق الجلوكوما (الماء الأزرق في العين) أي مؤشرات إنذار أو ألم. كما وإن فقدان البصر يكون تدريجي وقد يتم فقدان كم هائل من البصر المحيطي (الجانبية) قبل أن يصبح الشخص مدركاً لوجود أي مشكلة.

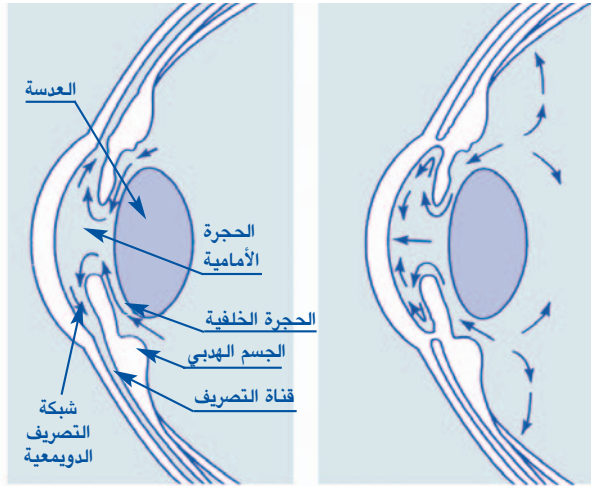
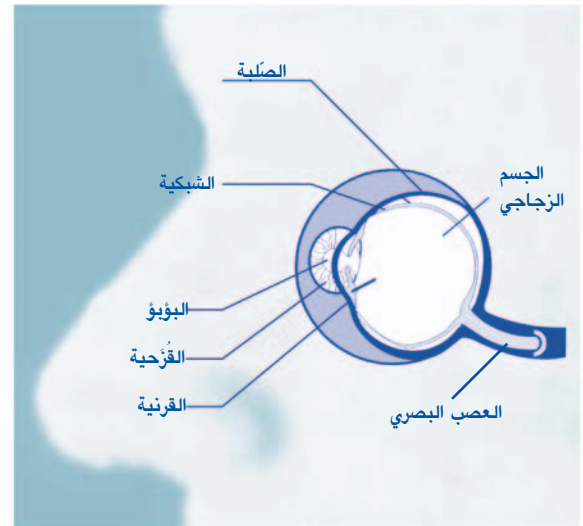


Diagram A

ورغم أن الجلوكوما أكثر شيوعاً مع التقدم في السن، إلا إنها قد تحدث في أي عمر. ومع تقدم سكاننا في العمر سيزداد عدد مرضى الجلوكوما (الماء الأزرق في العين).

Diagram B

الرسم البياني - نموذج عن دورة الرطوبة المائية في عين مصابة بالجلوكوما (الماء الأزرق في العين) حيث لا تعمل أنسجة قنطرة التصريف بشكل فعال مما يسبب في تراكم ضغط السائل داخل العين.



إن الجلوكوما المزمنة (الزاوية المفتوحة الابتدائية) هي النوع الأكثر شيوعاً. ولا يرافقها أي أعراض عادة لحين فقدان بصر العين في مرحلة لاحقة. ويتفاقم الضرر في العين بوتيرة بطيئة جداً ويُقوِّض البصر تدريجياً بحيث يقضي على الرؤية الجانبية المحيطة. وتغطي عين عن الأخرى ويبقى الشخص غير مدرك لوجود أي مشكلة لحين حدوث تلف رئيسي على ألياف العصب ويتم القضاء على جزء كبير من البصر. إن هذا التلف غير قابل للتصليح وهو تدريجي وقاس لا يلين عادة. ولا يمكن للعلاج إسترجاع ما قد فقد لكن يمكن الحد من التدهور أو على الأقل إبطاء عملية التلف. ولهذا السبب فإنه من الأهمية بمكان إكتشاف المشكلة في أقرب فرصة ممكنة كي تتمكن من البدء بالعلاج للحد من الضرر والتلف قدر الإمكان.

قد يتعرَّض بعض الناس إلى أعراض مُبهمة كالحاجة إلى تغيير النظارات بشكل مستمر، أو صعوبة في تعديل البصر حين دخول غرفة مظلمة أو الرؤية غير الواضحة. ويجب ألا ينتظر المرء لظهور الأعراض قبل إجراء فحص الجلوكوما (الماء الأزرق في العين).

من خلال الفحص الدقيق للعين الذي يُجره طبيب العيون ويتضمن الفحص إجراء قياس بسيط غير مؤلم لضغط العين وإجراء فحص دقيق بإستعمال الضوء لبنية العصب الموجود في مؤخرة العين ولربما أُجري فحص على حقل الرؤية وعلى سماكة القرنية أيضاً.

يُقدَّر وجود ٣٠٠،٠٠٠ أسترالي يعانون من الجلوكوما لكن لم يتم تشخيص هذا المرض سوى عند نصف هؤلاء مما يعني أن حوالي ١٥٠،٠٠٠ مصاباً بالجلوكوما غير مُدركين بأنهم يفقدون بصرهم ببطء. ورغم أن أي شخص مُعرَّض لخطر الإصابة بالجلوكوما (الماء الأزرق في العين)، إلا أن بعض الأشخاص يكونون أكثر عرضة لإحتمال الإصابة بالجلوكوما كهؤلاء الذين لديهم تاريخ عائلي من الإصابة بالمرض؛ الأشخاص الذين تجاوزوا سن الأربعين؛ الأشخاص الذين يعانون حالات طبية مثل السكري و/أو الشقيقة؛ الأشخاص الذين يُعانون قصر النظر (مايوبيا)؛ الأشخاص الذين يتناولون عقاقير الكورتيزون (الستيرويد) لمعالجة أمراض أخرى؛ أو مَنْ تعرَّضوا لإصابة في العين خلال مرحلة ما من حياتهم.

ويجب على الأشخاص في هذه المجموعات الحرص على إجراء أول فحص للعينين قبل تجاوز سن الخامسة والثلاثون. أما بالنسبة لمعظم الناس الآخرين فيوصى بإجراء فحص دوري على العينين لمرض الجلوكوما إعتباراً من سن الأربعين.

إن الجلوكوما (الماء الأزرق في العين) غير مُعدية وليست خبيثة (غير سرطانية).

س هل يمكن الشفاء من الماء الأزرق في العين (الجلوكوما)؟

ج رغم عدم إمكانية الشفاء من الجلوكوما، إلا أنه يمكن السيطرة عليه بنجاح في معظم الحالات. إن الجلوكوما حالة تستمر مدى الحياة وتتطلب المراقبة المستمرة والإدارة بهدف التحكم بضغط العين وتجنب فقدان البصر أو إزدياد فقدان البصر. فكلما كان الإكتشاف في مرحلة مبكرة وأخضع للعلاج كلما تعاضم النجاح في تجنب المزيد من فقدان البصر. إن فقدان البصر جراء الإصابة بالجلوكوما غير قابل للتصليح.

س هل هناك أنواع مختلفة من الماء الأزرق في العين (الجلوكوما)؟

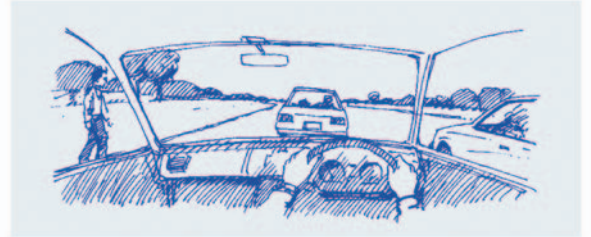
ج أجل.

١ الجلوكوما المزمنة (الزاوية الابتدائية المفتوحة): تشكل هذه الغالبية العظمى من الحالات وتتقدم ببطء وغالباً ما تبقى دون إكتشاف لأشهر عدة أو سنوات مما يؤدي إلى تدهور البصر بشكل تدريجي. وهذا النوع من الجلوكوما يستجيب بشكل جيد للعلاج بإستعمال القطرة. ويستمر العلاج عادة طوال العمر للتحكم جيداً بضغط العين والمساعدة على تجنب فقدان البصر. قد تتطلب الحالة أحياناً العلاج بالليزر أو الخضوع للجراحة بهدف الإتاحة للسوائل كي تنصرف من العين بحرية.

٢ جلوكوما متدنية الضغط أو جلوكوما الضغط العادي: قد يحدث أحياناً تلف في عصب البصر عند أشخاص لديهم ما يُعرف بالضغط العادي في العينين. ويُعالج هذا النوع من الجلوكوما بطريقة مشابهة لجلوكوما الزاوية الرئيسية المفتوحة.

س هل يؤثر (الجلوكوما) الماء الأزرق في العين على قيادة السيارة بسلامة؟

ج أجل. إذ يترتب عليك أن تتمتع برؤية جيدة كي تتمكن من القيادة بشكل لا يهدد السلامة. ونظراً لأن المصاب بالجلوكوما قد إنخفض حقل رؤيته فإنه أكثر عرضة لحوادث السير خاصة إذا كان يعاني من الجلوكوما دون أن يدرك بوجودها ولا يخضع للمعالجة. إن إنخفاض مدى البصر المحيطي (الجانبية) قد يمنعك من رؤية السيارات القريبة منك حين الدخول أو الخروج من بين السيارات أو أثناء التجاوز. وقد لا تتمكن من رؤية المشاة الذين يتقدمون بخطوات نحو الطريق.



حقل الرؤية العادي ١٤٠ درجة



حقل الرؤية المحدود لدى المصاب بالجلوكوما

ينجم هذا النوع من الجلوكوما عن ارتفاع الضغط داخل العين بسرعة جراء وجود القزحية بشكل يؤدي إلى انسداد مصرف سائل العين. إن نوبة الجلوكوما الحادة غالباً ما تكون شديدة وقد يؤدي ذلك إلى إنتاج أعراض بالغة كالرؤية المضطربة غير الواضحة، الحلقات الملونة حول الأضواء، الألم الشديد في العين وحواليها، الإحمرار، الغثيان أو حتى التقيؤ. ويجب الحصول على المساعدة الطبية فوراً في هذه الحالات. إن التأخير في العلاج قد يؤدي ذلك إلى تلف بصري دائم خلال فترة قصيرة.

إن نزوع قناة التصريف في العين إلى الضيق والانكماش يصبح أكثر بروزاً مع التقدم في العمر وهذا الوضع أكثر شيوعاً عند الأشخاص بعدي النظر وفيما بين الآسيويين. وتُعطى الأدوية العلاجية عادة لتخفيض الضغط ثم يلي ذلك العلاج بالليزر أو الجراحة لمعالجة المشكلة.

٤ الجلوكوما الثانوية :

يمكن لهذه الأنواع من الجلوكوما أن تتطور جراء وجود اضطرابات أخرى في العين مثل الإصابات، الكتركتا (العدسة الكدرة) والتهابات العين. إن استعمال الكورتيزون (الستيرويد) ينزع إلى رفع الضغط في العين وعليه فإنه يجب فحص الضغط باستمرار حين استعمال الكورتيزون.

٥ الجلوكوما الخلقية :

إن هذا النوع من الجلوكوما نادر وينجم عن أنظمة تصريف دمعية غير طبيعية. قد يكون هذا النوع موجوداً حين الولادة أو قد يتطور لاحقاً. قد يلاحظ الوالدان أن الطفل حسّاس تجاه الضوء، لديه توسّع في العينين أو عينين غائمة والإفراط في اراقاة الدموع. سيكون هناك حاجة لإجراء الجراحة.

س ما هي أنواع العلاج المتوافرة؟

تشكل قطرات العين أكثر العلاجات شيوعاً وتُستعمل الليزر أو التدخل الجراحي إذا دعت الحاجة. إن الأنواع المختلفة من الجلوكوما تتطلب برامج مختلفة من العلاج.

س كم يجب استعمال قطرات العين؟

يتم عادة استعمال قطرة العين كل يوم. وإستناداً إلى الدواء الموصوف لك، قد تكون الجرعة قطرة واحدة في اليوم أو عدة مرات في اليوم. وفي بعض الحالات، قد توصف أكثر من قطرة عين واحدة. لكن يجب الحرص على إتباع تعليمات طبيب العيون بشكل دقيق.

س ماذا يترتب عليّ أن أفعل إن لم يكن بمقدوري إتباع تعليمات طبيب العيون المعالج؟

إذا وجدت إنك غير قادر على إتباع تعليمات طبيبك المعالج لأيّ سبب من الأسباب، كن صادقاً مع طبيب العيون الذي يُعالجك كي يتم العمل لإيجاد برنامج علاجي يناسبك. ويجب أن تشكل أنت وطبيبك حلف لمكافحة مرض العين هذا كي تتمكن من وضع حد لعجزك البصري.

س ما هي الطريقة الأكثر فعالية لإستعمال قطرات العين؟

يجب استعمال قطرات العين لمعالجة الجلوكوما مع توخي الدقة التامة كي يكون العلاج فعالاً. وسيناقش معك الطبيب المعالج هذه التفاصيل بما فيها السبل الأكثر فعالية لإسقاط القطرات في العينين دون ألم ووفق الحد الأدنى من الجهد.

هل توجد طرق بسيطة يتوجب عليّ إتباعها بخصوص قطرات العين؟

أجل.

١. تناول الأدوية حسبما وصفها لك طبيب العيون المُعالج. لا تغيّر الجرعة الموصوفة عبر إستعمال قطرات أكثر أو أقل مما هو موصوف.
٢. أغسل يداك بدقة ثم إنزع سدادة القطرة بتأن. وإحرص على عدم ملامسة رأس القطارة لأي شيء.
٣. إستعمل أصبعك السبابة لتخفيض جفن العين السفلي بما يشكل جيب.
٤. أمسك زجاجة قطرة العين بين إبهام وسبابة اليد الأخرى ملقياً بالأصابع المتبقية على جانب الأنف وتقريب القطرة من العين. راقب الموقع الصحيح في المرأة. أرجع رأسك إلى الخلف واضغط على القطارة لإنزال قطرة واحدة في كل مرة. إحرص على إنزال عدد القطرات المطلوب حسب الوصفة إلى الجيب الذي فتحته بموجب فتح الجفن السفلي من العين.
٥. إضغط فوراً بأصبعك السبابة على الزاوية الداخلية من العين كي تمنع الدواء من الدخول في قناة الدمع. أمسك في هذه الوضعية لفترة دقيقتين أو ثلاث دقائق. وسيُساعد ذلك في الحفاظ على الدواء في العين لأطول مدة ممكنة ويجب أن يؤدي إلى أقدر حدٍ ممكن من التأثيرات الجانبية.
٦. هام: إمسح بلطف أي دواء ينسكب نحو الوجه. وعليك دائماً أن تقوم بغسل يديك بعد إستعمال قطرة العين.
٧. أعد السدادة إلى القطارة وأغلقها بثبات.



٨. إذا كنت تواجه صعوبة في معرفة ما إذا وضعت القطرات بشكل صحيح داخل عينك، حاول تبريد الدواء عبر وضعة في الثلاجة قبل الإستعمال (دون تثليجه). وبذلك ستشعر بدخول القطرات الباردة إلى العين بسهولة.

تذكّر: كلما توخيت الدقة والعناية في إستعمال كل قطرة في العين كلما تدنّت كمية العلاج المهدور وعليه فستكون كلفة العلاج أقل.

نقاط أخرى هامة يجب أخذها بعين الإعتبار

١. تقيّد بمواعيدك حسب ما يحدّده طبيبك المُعالج. ويمكن السيطرة على الجلوكوما بنجاح من خلال الرصد المستمر الذي يُجريه طبيبك المُعالج.
 ٢. حين تراجع طبيبك، عليك إخطاره بأنك تخضع للعلاج ضد الجلوكوما وبالأدوية الأخرى التي تتناولها وخصوصاً تلك الأدوية التي تشتريها بدون وصفة طبية.
 ٣. بما أن الجلوكوما قد تكون موروثية، عليك تشجيع كل الكبار في أسرتك - ومن بينهم أولاد العم والخال والأعمام والأخوال بإجراء فحوص دورية على عيونهم.
 ٤. إحرص على أن تتوافر لديك كميات كافية من الدواء أثناء السفر. واسأل طبيبك المُعالج ما إذا كنت بحاجة إلى وصفات إضافية للأدوية.
- تذكّر - يتم التحكّم بالجلوكوما (الماء الأزرق في العين) من خلال إستعمال الأدوية بشكل روتيني.



GLAUCOMA AUSTRALIA INC

إحرص على سلامة عينك

تجنّب عمى الجلوكوما (الماء الأزرق في العين)

لقد تم تأسيس جمعية جلوكوما أستراليا إينك سنة ١٩٨٩ وتعمل على رفع سوية المعرفة عند العموم حول الجلوكوما وتقديم الدعم لمرضى الجلوكوما ولعائلاتهم وتقديم التمويل للأبحاث في الجلوكوما متى أمكن. والجمعية لا تعنى بجني الأرباح.

إن النشرة التي بين يديك مجانية لكن إنتاجها يكلف جمعية جلوكوما أستراليا إينك مبالغاً طائلة ونطلب اليك أن تفكر بتقديم تبرع لتغطية تكاليفها.

إن التبرعات التي تتجاوز قيمتها دولارين خاضعة للحسم الضريبي.

الرجاء قطع الإستمارة وإرسالها إلى جمعية جلوكوما أستراليا

أرغب في مساعدة جمعية جلوكوما

PO Box 420, Crows Nest NSW 1585

..... إسمي (الدكتور، السيد، السيدة، الأنسة)
(رجاء إستعمال حروف طباعية لاتينية)

..... العنوان الرمز البريدي

..... رقم الهاتف تبرّعي بالدولارات.

يمكن كتابة شيك / حوالة بريدية لصالح: Glaucoma Australia, PO Box 420, Crows Nest 1585
التالي أو الإتصال هاتفياً بالرقم 1800 500 880.

الرجاء سحب المبلغ من بطاقة الإئتمان خاصتي

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

(ضع إشارة وفق ما ينطبق)

ماستركارد فيزا بانك كاردي أمريكيان إكسبريس داينرز كلوب

..... اسم صاحب البطاقة التوقيع

تاريخ إنتهاء صلاحية البطاقة/..... (إن التبرعات بقيمة دولارين أو أكثر خاضعة للحسم الضريبي. سيرسل اليك إيصال بواسطة البريد)

جمعية جلوكوما أستراليا - Glaucoma Australia Inc.

PO Box 420, Crows Nest NSW 1585

1800 500 880

هل تتوفر معلومات أكثر تفصيلاً حول مرض
الماء الأزرق في العين (الجلوكوما) وعلاجه؟

س

أجل. يمكن الحصول عليها من طبيبك المعالج أو من

جمعية جلوكوما أستراليا إينك. ويمكن الإتصال

بالجمعية على PO BOX 420, CROWS NEST 1585

أو هاتفياً على الرقم 1800 500 880 (بالإنكليزية فقط).

وإذا كنت تواجه صعوبة في التحدّث بالإنكليزية فاتصل

بخدمة الترجمة الخطية والشفهية (T.I.S) على الرقم

13 14 50 للحصول على المساعدة. وتقوم جمعية

جلوكوما أستراليا بنشر رسالة أخبارية بعنوان

Glaucoma News

ج



Glaucoma Australia Inc.

ABN 52 610 716 720

PO Box 420

CROWS NEST NSW 1585

1800 500 880

فاكس: (02) 9439 8736

بريد الكتروني: glaucoma@glaucoma.org.au

www.glaucoma.org.au