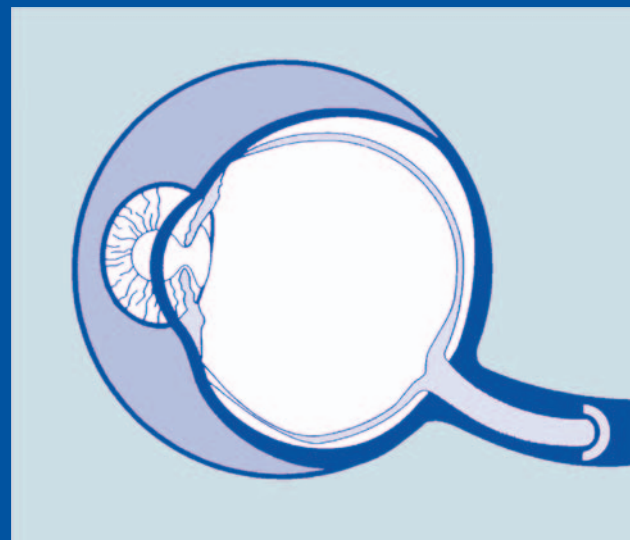


**Domande e risposte
sul
GLAUCOMA
'Il ladro
della vista'**



**Questions and Answers
about
GLAUCOMA
the
'Sneak Thief of Sight'**



Il GLAUCOMA è una malattia comune dell'occhio ed una delle cause più diffuse di cecità in Australia. Il glaucoma può colpire chiunque a qualsiasi età, ma il rischio aumenta nei soggetti che hanno superato i 40 anni. Prendendo delle semplici precauzioni è possibile contenere questo male; ma purtroppo questa malattia è poco conosciuta. Lo scopo del presente opuscolo è proprio quello di dare informazioni essenziali riguardo al glaucoma – che cos'è, e cosa si deve fare per prevenirne gli effetti dannosi. Quindi leggi senza fretta, facendo particolare attenzione alle misure protettive che ti vengono raccomandate.

Potrai anche assistere chi ti sta vicino, soprattutto i tuoi famigliari e parenti, spiegando a loro le informazioni ricevute. In tal modo, puoi contribuire a ridurre il pericolo del glaucoma – 'il ladro della vista' - nel nostro Paese.



The production of this booklet is supported by an educational grant from the Toccolan Club

INDICE	PAGINA
L'occhio	2
Che cos'è il glaucoma	3
Quali sono i sintomi del glaucoma? ..	4
Come viene diagnosticato il glaucoma?	4
Chi è soggetto al glaucoma?	5
Il glaucoma ostacola la guida?	6
È possibile curare il glaucoma?	7
Esistono vari tipi di glaucoma?	7
Quali sono le terapie disponibili?	9
Con quale frequenza vanno usate le gocce oftalmiche?	9
Cosa debbo fare se non mi è possibile seguire le istruzioni dell' oftalmologo (specialista degli occhi)?	9
Qual è il metodo più efficace per applicare le gocce?	9
Esistono regole semplici da osservare nell'uso delle gocce?	10
Altri dettagli importanti da non dimenticare	11
È possibile ottenere informazioni più dettagliate sul glaucoma e sulle terapie disponibili?	12

L'OCCHIO

Per far sì che il bulbo oculare possa muoversi rapidamente l'occhio è composto da un tessuto robusto ma leggero che consente il dinamismo dei movimenti. Come una macchina fotografica, l'occhio deve ritenere la sua forma sferica per poter mettere a fuoco accuratamente la luce. Questo avviene tramite la circolazione di un liquido limpido (l'umore acqueo) che è interposto tra la cornea e il cristallino e ha lo scopo, mediante una lieve pressione sulla parete interna della cornea, di mantenerne la forma. L'umore acqueo viene spinto nell'occhio dalla circolazione sanguigna che trasportando ossigeno, zucchero e altre sostanze nutritive lo nutre e lo bagna. L'umore acqueo circola nelle camere dell'occhio e attraverso un trabecolato (un sistema di drenaggio simile a un filtro) ritorna nella circolazione sanguigna per essere depurato.

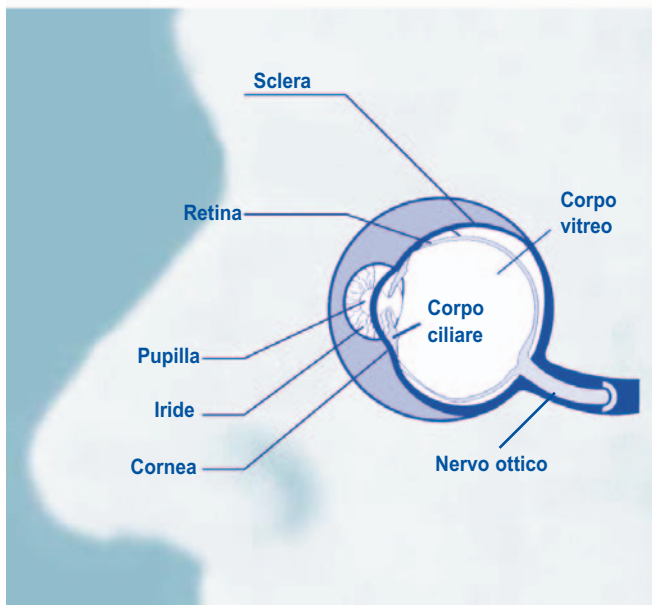


Figura che mostra la sezione trasversale dell'occhio.

D CHE COS'È IL GLAUCOMA?

R Il glaucoma è il nome che viene dato a un gruppo di malattie in cui il nervo ottico viene distrutto lentamente e permanentemente. Nella maggior parte dei casi il danno si deve ad un aumento della pressione interna dei globi oculari che risulta da un ostacolo della circolazione o del deflusso dell'umore acqueo. In altri casi il danno si deve ad uno scarso apporto di sangue alle fibre vitali del nervo ottico, ad un indebolimento della struttura di questo nervo, oppure a problemi o alterazioni delle fibre del nervo ottico.

Generalmente il glaucoma non è accompagnato da dolore o da segni premonitori. La perdita della vista avviene gradualmente e il paziente potrebbe perdere una buona parte del campo visivo periferico (vista laterale) prima di rendersi conto di qualsiasi problema.

Il glaucoma si manifesta prevalentemente con l'avanzare degli anni, ma può verificarsi a qualsiasi età. A mano a mano che la popolazione invecchia, il numero dei pazienti colpiti dal glaucoma aumenterà.

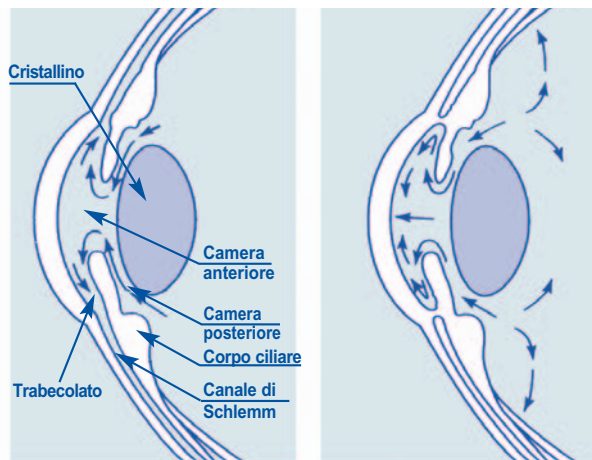


Diagramma A - Circolazione dell'umore acqueo in un occhio sano. L'umore acqueo affluisce nell'occhio dal corpo ciliare, attraversa le camere e defluisce dal trabecolato e dal canale di Schlemm.

Diagramma B - Un esempio di circolazione dell'umore acqueo in un occhio colpito dal glaucoma in cui i tessuti del deflusso non funzionano bene e causano un aumento della pressione oculare interna.

D QUALI SONO I SINTOMI DEL GLAUCOMA?

R Il glaucoma cronico (primario ad angolo aperto) è il tipo più comune. La malattia non è solitamente accompagnata da sintomi fino a quando non si verificano riduzioni della vista. Il danno avviene lentamente e distrugge gradualmente la vista, cominciando dal campo visivo laterale. Un occhio copre per l'altro quindi la persona non si rende conto di nessun problema fino a quando la maggior parte delle fibre del nervo ottico sono state danneggiate e gran parte della vista laterale è perduta. Questi danni sono irreversibili, progressivi e di solito implacabili. Le cure non possono ristabilire la vista danneggiata, ma possono arrestare o perlomeno rallentare il progresso. Ecco perché è molto importante avere una diagnosi precoce per poter iniziare le cure prima di subire danni alla vista.

Alcuni soggetti potrebbero avvertire sintomi indistinti come ad esempio il bisogno di cambiare costantemente occhiali da vista, difficoltà ad adattarsi ad ambienti bui o annebbiamento della vista. Comunque non si deve aspettare l'arrivo di questi sintomi prima di sottoporsi a controlli preventivi per il glaucoma.

D COME VIENE DIAGNOSTICATO IL GLAUCOMA?

R Con un'accurata visita oculistica condotta da un oftalmologo (specialista degli occhi). L'esame include una semplice ed indolore misurazione della pressione del globo oculare, il controllo minuzioso del nervo ottico situato nel

retro dell'occhio per mezzo di un'apposita luce, e, in certi casi anche la verifica del campo visivo e lo spessore della cornea.

D CHI È SOGGETTO AL GLAUCOMA?

R Si stima che oltre 300.000 australiani abbiano il glaucoma ma solo alla metà è stata diagnosticata la malattia. Ciò significa che circa 150.000 persone hanno il glaucoma ma non si rendono conto che lentamente stanno perdendo la vista.

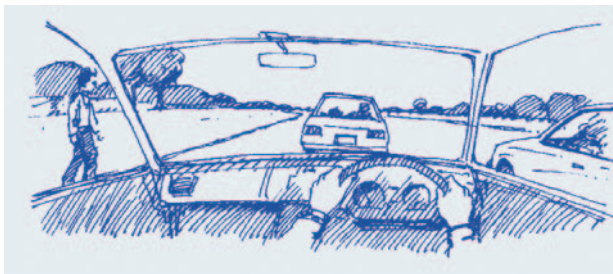
Qualunque persona corre il rischio di poter sviluppare il glaucoma, ma ci sono alcuni soggetti che corrono un rischio maggiore, in particolare coloro che hanno casi di glaucoma in famiglia; hanno più di 40 anni; soffrono di diabete e di emicrania; sono miopi, prendono farmaci a base di cortisone (steroidi) per altre malattie o hanno subito lesioni agli occhi durante la loro vita.

Questi soggetti dovrebbero sottoporsi alla prima visita di controllo preventivo sul glaucoma a 35 anni di età. Gli altri dovrebbero sottoporsi ad un esame periodico per il glaucoma a partire dai 40 anni di età.

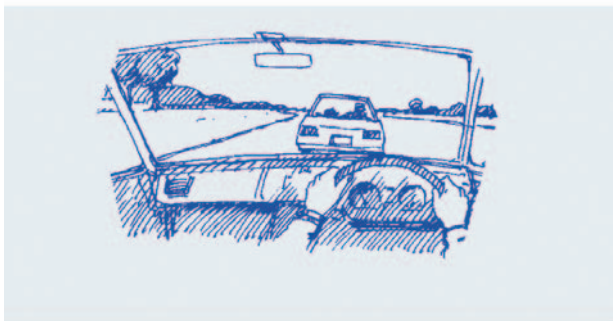
Il glaucoma non è contagioso né è di natura maligna (canceroso).

D IL GLAUCOMA OSTACOLA LA GUIDA?

R Sì. Per poter guidare con sicurezza bisogna avere una buona vista. A seguito della malattia, le persone colpite dal glaucoma possono avere un campo visivo ristretto, e quindi corrono più il rischio di essere vittime di incidenti stradali soprattutto se il glaucoma non è diagnosticato e il paziente sotto cura. Ad esempio, una persona con visione laterale ridotta avrà difficoltà a mischiarsi nel traffico o ad eseguire una manovra di sorpasso; oppure potrebbe non accorgersi di un pedone che si accinge ad attraversare la strada.



Campo visivo normale 140°



Campo visivo ristretto

D È POSSIBILE CURARE IL GLAUCOMA?

R Non esistono cure definitive per il glaucoma, nonostante ciò è possibile tenerlo efficacemente a bada. Dato che una volta diagnosticato non va più via, il malato deve sottoporsi a controlli e terapie continue al fine di tenere sotto controllo la pressione nei globi oculari e di evitare la perdita della vista o l'aggravamento di perdite già in atto. Maggiore è la tempestività con cui la malattia viene diagnosticata e curata, maggiore la probabilità di riuscire a prevenire l'aggravamento dei danni alla vista. I danni visivi provocati dal glaucoma sono permanenti.

D ESISTONO VARI TIPI DI GLAUCOMA?

R Sì.

1. Glaucoma cronico (primario ad angolo aperto):

È la categoria più vasta. Questo tipo di glaucoma procede lentamente e spesso passa inosservato per mesi o anche anni, causando danni graduali alla vista. Il glaucoma primario ha la caratteristica di rispondere positivamente a cure a base di gocce oftalmiche. La terapia va osservata per tutta la vita in modo da tenere costantemente sotto controllo la pressione oculare ed evitare danni alla vista. Interventi chirurgici o con il laser si rendono a volte necessari per consentire all'umore acqueo di defluire più facilmente dall'occhio.

2. Glaucoma a bassa tensione o a tensione normale:

Talvolta i danni al nervo ottico possono verificarsi anche nelle persone che hanno una pressione oculare normale. Questo tipo di glaucoma viene curato come il glaucoma ad angolo aperto.

3. Glaucoma acuto o ad angolo chiuso:

Questo tipo di glaucoma si verifica quando la pressione oculare interna sale rapidamente perchè il canale di deflusso dell'occhio viene bloccato dall'iride. Un attacco di glaucoma acuto spesso è molto grave e si manifesta con sintomi quali: annebbiamento della vista, aloni colorati intorno a fonti luminose, forti dolori intorno e all'interno dell'occhio, arrossamenti, nausea e persino stimoli di vomito. In questi casi bisogna recarsi immediatamente dal medico perchè se non viene curato tempestivamente, può, in poco tempo, danneggiare in modo irreparabile la vista.

La tendenza del canale a restringersi si accentua con l'età ed è più comune nelle persone affette da presbiopia e in quelle di origine cinese.

Di solito vengono prescritti dei farmaci per ridurre la pressione e si ricorre al laser o all'intervento chirurgico per correggere l'anomalia.

4. Glaucoma secondario:

Questo tipo di glaucoma è causato da altre patologie quali: lesioni, cataratte e infiammazioni agli occhi. L'uso del cortisone (steroidi) tende a far salire la pressione oculare per cui in questi casi la pressione oculare va controllata di frequente.

5. Glaucoma congenito (giovane):

Questo tipo di glaucoma è raro ed è causato da anomalie del sistema di deflusso. Può essere presente alla nascita o può svilupparsi più avanti.

I genitori potrebbero notare che il neonato ha gli occhi particolarmente sensibile alla luce, ingrossati, offuscati e lacrimano eccessivamente. In questo caso bisogna ricorrere ad un intervento chirurgico.

D QUALI SONO LE TERAPIE DISPONIBILI?

R Le gocce oftalmiche rappresentano la forma più comune di terapia; quando necessario, si ricorre all'intervento chirurgico o al laser.

Per ogni tipo di glaucoma corrisponde trattamenti terapeutici diversi.

D CON QUALE FREQUENZA VANNO USATE LE GOCCE OFTALMICHE?

R In generale, le gocce oftalmiche vengono applicate tutti i giorni. A seconda del tipo prescritto, la dose può variare da una goccia al giorno, tutti i giorni, a più gocce diverse volte al giorno. In alcuni casi, più di un tipo di gocce possono essere prescritti. Osserva sempre correttamente le istruzioni dello specialista curante.

D COSA FARE SE NON È POSSIBILE SEGUIRE LE ISTRUZIONI DELL'OF TALMOLOGO?

R Se scopri di non essere in grado di seguire le istruzioni dello specialista degli occhi per qualsiasi motivo, sii onesto con te stesso e con il dottore in modo che si possa arrivare ad un programma di cura adatto alle tue esigenze. Tra te ed il tuo medico si deve stabilire una specie di alleanza contro la malattia per minimizzare la perdita della vista.

D QUAL È IL METODO PIÙ EFFICACE PER APPLICARE LE GOCCE?

R Per ottenere il massimo beneficio dalle gocce contro il glaucoma, è necessario applicarle in modo preciso. Lo specialista ti darà istruzioni a questo proposito, mostrandoti la maniera più efficace per somministrare le gocce senza dolore e senza troppi sforzi.

D ESISTONO REGOLE SEMPLICI DA OSSERVARE NELL'USO DELLE GOCCE?

R Sì:

1. Usa le gocce come ordina lo specialista. Non alterare la dose, aumentando o riducendo il numero di gocce prescritte.
2. Lavati scrupolosamente le mani. Togli il tappo dalla bottiglia delle gocce, evitando che la punta del contagocce venga in contatto con altre cose.
3. Con l'indice della tua mano, tira la palpebra inferiore verso il basso in modo da formare una vaschetta.

4. Tenendo la bottiglietta fra il pollice e l'indice dell'altra mano, avvicina il contagocce all'occhio. Puoi servirti di uno specchio, per assicurarti di assumere la posizione corretta. Reclina completamente la testa all'indietro ed esercita sulla bottiglia una pressione sufficiente a consentire la fuoriuscita di una goccia per volta. Instilla il numero prescritto di gocce nella vaschetta formata dalla palpebra.



5. Con il dito indice, premi immediatamente contro l'angolo tra l'occhio e il naso per impedire alla medicina di scorrere nel dotto (canale) lacrimale. Mantieni il dito in questa posizione per tre o quattro minuti, così facendo si prolunga l'azione delle gocce sull'occhio, e nello stesso tempo si riducono gli eventuali effetti collaterali della medicina.



6. Nota bene: leggermente asciuga il viso per eliminare eventuali gocce residue e, naturalmente, lava le mani dopo ciascuna applicazione.

7. Riavvita bene il tappo dopo l'uso.
8. Se ti risulta difficile stabilire se le gocce sono entrate correttamente nell'occhio, prova a tenere la bottiglia delle gocce in frigorifero. (Attenzione: non congelare la medicina) Non ti sarà difficile avvertire la presenza delle gocce raffreddate.

***Ricorda:** più sarai attento nell'applicare correttamente ogni goccia, minore sarà lo spreco della medicina... e quindi, meno costosa sarà la terapia.*

ALTRI DETTAGLI IMPORTANTI DA NON DIMENTICARE

1. Presentati puntualmente agli appuntamenti fissati dallo specialista. Ricorda la malattia può essere tenuta efficacemente sotto controllo, soltanto se ti sottoponi alla visita regolare del tuo oftalmologo.
2. Quando consulti qualsiasi dottore, non dimenticare di riferirgli che sei in cura per il glaucoma, e informalo di tutte le medicine che prendi, soprattutto quelle che puoi acquistare senza ricetta medica.
3. Dato che il glaucoma può essere una malattia ereditaria, incoraggia tutti i tuoi familiari, compresi zii e cugini, a sottoporsi regolarmente a visita oculistica.
4. Se devi assentarti da casa per motivi di viaggio, ricorda ti portarti dietro un'adeguata scorta di medicine. Chiedi al dottore se è necessario che ti rilasci una ricetta supplementare.

***Ricorda:** il glaucoma può essere tenuto sotto controllo soltanto facendo uso regolare delle medicine prescritti.*

D È POSSIBILE OTTENERE INFORMAZIONI PIÙ DETTAGLIATE SUL GLAUCOMA E SULLE TERAPIE DISPONIBILI?

R Sì. Rivolgeti al tuo oftalmologo o al Glaucoma Australia Inc. Il Glaucoma Australia Inc. può essere contattato, scrivendo alla:

P.O. BOX 420, CROWS NEST NSW 1585, oppure chiamando il 1800 500 880 (solo in inglese). Chi ha difficoltà con l'inglese, potrà farsi assistere dal T.I.S. (Translating and Interpreting Service) il cui numero telefonico è 13 14 50.

L'ente Glaucoma Australia pubblica un bollettino periodico intitolato "Glaucoma News".

SII PRUDENTE: EVITA LA CECITÀ DOVUTA AL GLAUCOMA

Istituito nel 1989, allo scopo di sensibilizzare il pubblico sul problema del glaucoma, l'ente Glaucoma Australia Inc. offre il proprio sostegno alle persone che soffrono di questa malattia ed alle loro famiglie e, quando possibile, sovvenziona la ricerca scientifica australiana in questo campo.

Il Glaucoma Australia è un'organizzazione che opera senza fondi governativi.

Sebbene il presente opuscolo sia gratuito, la sua realizzazione è molto onerosa per il Glaucoma Australia. Pertanto ti chiediamo gentilmente di considerare un possibile contributo alle nostre spese.

Le offerte superiori ai 2 dollari possono essere scalate sulle tasse.

**Stacca il seguente tagliando e spedisci a
Glaucoma Australia Inc.
PO Box 420, Crows Nest NSW 1585**



A favore di Glaucoma Australia

(Dr., Mr., Mrs., Miss, Ms)
(completare in stampatello)

Indirizzo

..... Codice Postale

Telefono (0) Offerta \$

**Assegni e vaglia vanno intestati a: Glaucoma Australia,
PO Box 420, Crows Nest 1585 o tramite carta di credito compilando
il seguente tagliando o telefonando al 1800 500 880**

Addebitare alla mia carta di credito (Spuntare la carta di credito applicabile):

Visa MasterCard Bankcard AMEX Diners

Numero della Carta di Credito:

Data di scadenza / /

Nome del Titolare della Carta di Credito:

Firma

(Le offerte superiori ai 2 dollari possono essere scalate sulle tasse. Ti verrà inviata la ricevuta)



Glaucoma Australia Inc.

ABN 52 610 716 720

PO Box 420

Crows Nest NSW 1585

1800 500 880

Fax: (02) 9439 8736

Email: glaucoma@glaucoma.org.au

www.glaucoma.org.au