



### شاید فکر نمی کردید امروز چشم پزشکتان بعد از معاینه بگوید: شما گلوکوم دارید بلافاصله با خود می گوئید گلوکوم چیست ؟

وی در پاسخ می گوید آب سیاه . بلافاصله سوال و سوال در ذهن شما مطرح می شود اما نمی شود در زمان اندک همه را از چشم پزشک بپرسید پس مطالعه این مطلب را به شما توصیه می کنیم مطمئن هستیم که در پایان مطالعه آن به تعداد زیادی از سوالات شما پاسخ داده شده است و تا حدود زیادی از نگرانی شما کاسته می شود .

فقط در ابتدا این را بدانید با توجه به پیشرفت علم چشم پزشکی و وجود طیب حاذق می توان با درمان صحیح علیرغم ابتلاء به گلوکوم یک زندگی آرام داشته باشید .

گلوکوم بیماری عصب چشم است و در جریان آن با آسیب تدریجی عصب ، دید محیطی از دست می رود و در پایان کار فرد شبیه اینکه از یک لوله باریک و طویل به اطراف نگاه می کند دید تونلی پیدا می کند . شما می توانید گلوکوم داشته باشید ولی از آن اطلاعی نداشته باشید، درد یا علائم دیگری وجود ندارند همچین از آنجا که از دست رفتن دید محیطی عموماً به طور آهسته و تدریجی اتفاق می افتد به راحتی قابل درک نیست در بسیاری موارد گلوکوم در طی معاینه معمولی چشم پزشکی کشف شود .

به دلیل افزایش فشار مایع درون چشم تدریجاً عصب بینایی تضعیف می شود و آنقدر این حادثه می تواند آهسته رخ دهد که فرد متوجه نشود که آفت دید برای او رخ داده است .

یک ظرفشویی را در نظر بگیرید باشیری که تمام مدت باز است حال اگر خروجی باز باشد و همه چیز درست عمل کند حادثه ای رخ نمی دهد اما اگر راه خروج مسدود باشد آب سرریز می کند . در چشم هم مایع زلالیه دائم ترشح می شود و اگر کانالهای خروجی درست عمل نکند افزایش فشار درون چشمی رخ می دهد .

تمایل به پیدایش آب سیاه می تواند موروثی باشد و در بعضی انواع آن افراد فامیل مبتلا احتمال ابتلاء بیشتری به این بیماری دارند. سن هم یک فاکتور مهم است هر چند این بیماری در سنین کم هم می تواند ایجاد شود ولی معمولاً در سن های بالا شایعتر است . درمانهای طولانی مدت با داروهای کورتون ، دیابت ، جراحی های چشمی و سابقه جراحیهای چشمی زمینه ساز این بیماری می تواند باشد.

به غیر از سنجش فشار چشم و معاینه عصب چشم ، پزشک شما گاهی درخواست سنجش دید محیطی می کند و با وسیله ای به اسم پری متری می خواهد حدود آسیب دید را بفهمد . شما جلوی ماشینی می نشینید و نقطه های نورانی را در جاهای مختلف بالا ، زیر و اطراف می تاباند. با استفاده از یک چشم در یک زمان و نگاه کردن مستقیم به جلو ، با دیدن فلاشهای نور علامت می دهید و با همکاری هر چه بیشتر و بهتر شما نقطه دقیقتری از دید محیطی بدست می آید.

هرگز حرفهای بی اساس برخی افراد کم اطلاع را باور نکنید گلوکرم سرطان نیست بیماری واگیر و عفونی نیست در اثر مطالعه یا کار در محیط آلوده ایجاد نمی شود ربطی به رژیم غذایی ندارد و در اثر لنز هم ایجاد نمی شود .

می دانید اگر بپذیریم گلوکرم علاج پذیر نیست بلکه با استفاده صحیح از داروها قابل کنترل است و می توان آسیب عصب را کند و یا متوقف کرد بهتر با موضوع کنار می آیم .

این که چشم پزشک شما توصیه به دارو، لیزر و یا جراحی می کند بستگی به نوع گلوکرم شما دارد .

داروهای آب سیاه فشار داخل چشمی را پائین می آورند. این کار بوسیله ی افزایش خروج مایع زلالیه از چشم و یا کاهش تولید آن صورت می گیرد . داورها باید به طور منظم و ممتد استفاده شود تا تأثیر آن ظاهر گردد. در اکثر موارد کنترل فشار داخل چشم با قطره مقدور است ولی گاهی توصیه همزمان به مصرف قرص هم می گردد.

برخی بعد از کنترل فشار داخل چشم با دارو صرفاً با مراجعه به داروخانه و تهیه دارو این باور را دارند که فشار چشم آنها کنترل شده مانده است ولی می دانید که فشار چشم هم می تواند نوسانات زیادی داشته باشد و باید پزشک شما در جریان نحوه ی مصرف دارو قرار گیرد . در واقع هرگز درمان خودسرانه و بدون نظارت پزشک تضمین کننده آینده بینائی شما نخواهد بود.

مصرف این قطره های چشمی در برخی افراد عوارضی می دهد که با گذشت چند هفته کمتر می شود . سوزش، تاری دید، اختلال دید نزدیک، قرمزی چشم و یا سردرد از این جمله هستند . خارش ، گزگز شدن یا همان سوزش انگشتان دست و پا ، کاهش اشتها و تغییر در طعم غذاها از جمله عوارض قرص های گلوکرم می باشد.

با همکاری پزشک شما می توانید به راحتی این مرحله را بگذرانید.

نمی توان از اهمیت موضوع نحوه قطره چکاندن گذشت، اگر کم بریزید بیماری کنترل نمی شود و اگر زیاد بریزید عوارض بیشتر می شود. قطره را می توان ایستاده، خوابیده یا نشسته چکاند. اول دستهای خود را بشوئید. شیشه قطره را در دست بالای چشمتان نگه دارید به آرامی پلک پائین خود را با انگشت پائین بکشید تا حفره کوچکی در زیر چشم ایجاد شود و سپس قطره را بچکانید. به آرامی چشم را ببندید پلکهای را با سرعت باز و بسته نکنید تا قطره قبل از اینکه جذب شود از چشمتان بیرون بریزد. به منظور کاهش مقدار قطره ای که به داخل مجاری اشکی و از آن راه جذب عمومی بدن می شود باید برای 3 تا 5 دقیقه چشم را بسته نگه دارید این کار به بسته نگه داشتن مجاری اشکی کمک می کند.

در هر چشم هر نوبت فقط یک قطره بچکانید اگر نیاز بود که دو قطره متفاوت استفاده کنید 5 تا 10 دقیقه بعد از ریختن اولی صبر کنید تا مطمئن شود که دارو به داخل چشم جذب شده است.

فاصله زمانی بین دو ملاقات پزشک بستگی به موقعیت خاص بیماری چشم خواهد داشت. در هر ملاقات پزشک تمام و یا قسمتی از معاینه را تکرار می کند و اگر از فشار داخل چشم راضی باشد به تدریج فواصل ملاقاتها بیشتر می شود.

اگر یک نوبت مصرف قطره را فراموش کردید یعنی یک یا دو روز را بدون کنترل فشار چشم به سر خواهید برد و این به معنی آسیب دوباره عصب چشم شما خواهد بود. پس سعی نکنید برای جبران آن نوبت بعد دارو را دو برابر کنید چون فقط عوارض دارو را بیشتر کرده اید بنابراین مصرف منظم و مرتب علاج این مشکل خواهد بود.

موفقیت درمان شما بستگی به کار گروهی با چشم پزشک دارد. اگر چشم پزشک شما نداند چه مشکلی با نحوه مصرف دارو یا عوارض آن دارید نمی تواند کمکی هم بکند پس شما عضوی از تیم او هستید. قرار ملاقاتهای بعدی را به خاطر داشته باشید و سعی کنید با دقت در مصرف داروها بیماری را تحت کنترل در آورید. در زمان مراجعه به سایر پزشکان از نوع داروهای مصرفی برای گلوکرم آنها را مطلع سازید تا در صورت بروز مشکلات و یا تداخل دارویی بتوانند سریعتر رفع مشکل نمایند. پزشکان را دلسوز خود بدانید و به توصیه های آنان عمل کنید. برای شمار بیمار گرامی آرزوی توفیق و سلامتی داریم.