

## کاتاراکت چیست؟

کاتاراکت به تیره و تار شدن عدسی های چشم که بطور طبیعی شفاف هستند، گفته می شود. در چشم های سالم پرتوهای نور از خلال عدسی ها عبور نموده و بر روی شبکیه چشم متمرکز می گردند. بدین طریق تصویر واضحی از اشیاء ایجاد می گردد. تار شدن عدسی های چشم و مشکل شدن عبور نور از آنها زمینه ساز بیماری کاتاراکت و انحراف بینایی است.

## چه افرادی در معرض خطر بالای این بیماری هستند؟

به تصور بیشتر افراد کاتاراکت نتیجه طبیعی افزایش سن است. بیشتر افرادی که از این بیماری رنج می برند سنشان بیشتر از ۶۰ سال است. حدوداً ۵۰ درصد افراد مبتلا به کاتاراکت در سنین ۷۴ تا ۶۵ سال و ۷۰ درصد مبتلایان در سنین ۷۵ و بالاتر از آن قرار دارند.

اگر چه بالارفتن سن یکی از قویترین فاکتورهای مستعد کننده این بیماری محسوب می شود اما سایر فاکتورها از قبیل آسیب های چشمی، قرار گرفتن در معرض اشعه رادیواکتیو، نور خورشید و بیماریهای متابولیکی مشخص مانند دیابت نیز در وقوع این بیماری بی تاثیر نیستند. نقش ژنتیک نیز بعنوان یک فاکتور مهم در ایجاد کاتاراکت از نظر ها پوشیده نیست.

## نشانه های قابل توجه کاتاراکت ممکن است شامل موارد زیر باشند.

- دید تیره، تاریک یا مه آلود

- دو بینی

- از دست دادن دید رنگی

- تغییرات مکرر در شماره عینک

- کاهش دید شبانه

- حساسیت به روشنایی نورهای روشن یا خورشید

## کاتاراکت چگونه تشخیص داده می شود؟

کاتاراکت می تواند از طریق تستهای گوناگون که توسط چشم پزشک صورت می گیرد مشخص گردد. این تستها ممکن است شامل آزمایش استاندارد چشم باشد که در آن تیزیابی بیمار مورد معاینه قرار می گیرد. روش دیگر استفاده از نور افکن های مخصوص چشم پزشکی است که در آن ساختار جلو چشم مورد معاینه و بررسی قرار می گیرد. روش های دیگری که برای تشخیص این بیماری مورد استفاده قرار گرفته و نسبتاً نادر هستند شامل glare test (تست نوعی تست به منظور شناسایی حساسیت به نور خورشید یا نورهای روشن دیگر)، contrast (تست توانایی تشخیص بین سطوح درخشان که در سطح های متفاوتی دارند)، potential visual test (تست قدرت بینایی) و specular microscopic of the cornea (تصویر برداری و شمارش سلولهای اندوتلیال شبکیه) می باشند.

## کاتاراکت چگونه درمان می شود؟

برای درمان و جلوگیری از ایجاد کاتاراکت هیچ داروی شناخته شده، قطره های چشمی، عینک و یا هیچ گونه تمرین و ورزشی وجود ندارد. اگر چه جراحی ممکن است همیشه ضروری و لازم نباشد لیکن استفاده از آن، تنها راه درمان برای برداشتن و از میان بردن کاتاراکت است.

استفاده از جراحی زمانیکه بیمار تنها تیرگی و ابهام ناچیزی در بینایی اش احساس می کند، توصیه نمی شود. عینک ممکن است به عنوان یک راهکار موقت برای حل این مسأله در نظر گرفته شود. جراحی کاتاراکت در مرحله ایکه بیمار قادر به انجام فعالیت های روزمره اش نباشد انجام می گیرد. با این حال بیمار و پزشک باید در مورد ضرورت جراحی با یکدیگر به گفتگو نشستند و تصمیم بگیرند.

## جراحی کاتاراکت چگونه صورت می پذیرد؟

پیش از جراحی بیمار و پزشک در مورد انتخابهای جراحی به بحث و گفتگو نشسته و در مورد نوع برداشتن کاتاراکت، جایگزینی عدسی و این که کدام روش به بهترین نتیجه ختم می گردد به تصمیم گیری می پردازند. در خلال جراحی، عدسی های تیره و تار با یک برش کوچک از چشم خارج گشته و عدسی های مصنوعی جدید جایگزین آنها می گردند. عمل جراحی می تواند بدون نیاز به بستری شدن بیمار در مراکز درمانی یا بستری شدن در بیمارستان بصورت پذیرد. در صورت داشتن همراه، بیمار از بستری شدن در بیمارستان بی نیاز خواهد گشت و پس از عمل جراحی می تواند به منزل مراجعت بازگردد.

## اقدامات اولیه به منظور جلوگیری از کاتاراکت

پزشکان توصیه می کنند تا از قرارگیری در برابر نور خورشید که از عوامل ایجاد بیماری کاتاراکت است به طور جدی پرهیز نمایید. استفاده از عینکهای آفتابی که نقش حفاظتی علیه اشعه UV خورشید دارند میزان قرار گیری چشم در مقابل نورخورشید را تقلیل خواهند داد. در کنار این ترک سیگار نیز خطر ابتلا به کاتاراکت را در افراد کاهش می دهد.