

U očima oftalmologa

Zašto su preventivni pregledi i briga o zdravlju očiju važni, ali i koje su najnovije nehirurške metode korekcija kože lica, razgovarali smo sa oftalmologom Dinom Klevernić

Šta obuhvata kompletan očni pregled i koliko često ga treba raditi?

Kompletan oftalmološki pregled obuhvata proveru oštine vida, propisivanje recepta za izradu naočara prema potrebama pacijenta, merenje očnog pritiska, pregled svih segmenata oka, uključujući i detaljan pregled očnog dna pomoću specijalne uveličavajuće lupe. Za izvođenje pregleda neophodan je oftalmološki mikroskop sa svim neophodnim dodacima, te se takav pregled može obaviti samo u specijalizovanoj i dobro opremljenoj očnoj ordinaciji. Preventivno je dovoljno pregledati se jednom u godinu dana. Ukoliko postoji neka očna bolest koju je potrebno lečiti i pratiti razvoj stanja, oftalmolog daje procenu o tome koliko su često potrebne kontrole.

Kako biste ocenili brigu o vidu danas i gde postoje mogućnosti za poboljšanjem?

U današnje „brzo“ vreme u kome svi žurimo, pacijenti se na pregled javljaju tek kada primete problem. U većini slučajeva, na sreću, pomoć i izlečenje su mogući. Međutim, postoje mnoga oftalmološka stanja koja ne daju pacijentu lako uočljive simptome ili tegobe. Idealna verzija je da se pacijent javi na rutinski pregled i da tada dijagnostikujemo bolest i pristupimo lečenju. Ipak, češća je pojava da se pacijent javi u odmaklom stadijumu oboljenja, na primer glaukoma, koji predstavlja neuropatiju (oboljenje vidnog živca) što, ukoliko nije na vreme lečeno, dovodi do potpunog gubitka vida. Takođe, mnoga druga sistemska oboljenja se manifestuju i kroz promene na oku. Tako, recimo, prilikom očnog pregleda oftalmolog može da posumnja na bolesti

vezane za druge sisteme organa (npr. povišen krvni pritisak, dijabetes, povišene vrednosti holesterola, reumatska oboljenja) i uputi pacijenta na pregled specijalisti kardiologu, endokrinologu, reumatologu... Zbog svega ovoga, neophodni su godišnji preventivni pregledi koje bi svako od nas trebalo da ubeleži u svoj kalendar.

Kako se leči glaukom?

Glaukom je oboljenje vidnog živca koje je najčešće praćeno povišenim očnim pritiskom i predstavlja drugo po učestalosti očno oboljenje koje izaziva gubitak vida. To je hronična bolest sa kojom se uz adekvatnu terapiju živi i doživi starost sa sačuvanom, mada slabijom, vidnom oštrinom. Najbitniji



momenat jeste rano dijagnostikovanje oboljenja i pravovremena primena adekvatne terapije koja se individualno podešava prema svakom pacijentu, a zavisi od tipa glaukoma. Terapija se najčešće sastoji od primene odgovarajućih očnih kapi, a preparata je mnogo. Broj ukapavanja tokom dana, kao i tip anti-glaukomnog leka zavisi od tipa glaukoma i stepena oštećenja samog očnog živca. U nekim slučajevima, kada kapi nisu dovoljna ili odgovarajuća terapija, primenjuje se terapija laserom ili hirurška intervencija. Važno je da napomenem da očni pritisak kod glaukoma ne mora biti visok, tako da se nikako ne smemo oslanjati na „dobre“ vrednosti pritiska kao pokazatelj da bolesti nema. Normotenzivni ili glaukom bez povišenog očnog pritiska vrlo je teško dijagnostikovati ukoliko se ne uradi čitava dijagnostika glaukoma koja podrazumeva: merenje debljine rožnjače, ispitivanje kompjuterizovanog vidnog polja i optičku koherentnu tomografiju (OCT).

Danas je zaštita kože od sunca postala neophodnost. Možete li nam objasniti zašto je zaštita očiju podjednako važna?

O štetnosti UV zračenja dosta se i priča i piše. Delovi oka, kao što je rožnjača, očno sočivo i retina veoma su osetljivi na određeni deo spektra UV zraka zbog čega mogu da pretrpe znatna oštećenja, čak može i da dođe do razvoja određenog patološkog stanja. Zbog svega navedenog neophodna je adekvatna zaštita za šta su u svakodnevnom životu dovoljne kvalitetne sunčane naočare koje obezbeđuju 100 odsto UV zaštitu ili UV 400. To znači da naočare štite od UVA i UVB zračenja. UV zračenje može biti vrlo visoko kako po sunčanom, tako i po oblačnom danu te su pravilna zaštita očiju i kože uvek neophodni.

Šta je Plexr metoda i koje nesavršenosti lica se njom uklanjaju?

Plexr metoda je veoma efikasna alternativa hirurškim procedurama uklanjanja viška kože, kao što je blefaroplastika - korekcija i podizanje kapaka kao i hirurška korekcija podočnjaka. Takođe, može se koristiti za korigovanje krupnijih ali i finih bora, za nehirurški lifting regije vrata i lica, kod tretmana ožiljaka od akni i samih akni, za ublažavanje strija, za uklanjanje promena na koži kao što su bradavice, papilomi, hiperkeratotične promene, ciste, čmičak, fleke, hiperkeratoze, masne naslage (ksantelazmi) i mladeži (nakon dermoskopije). Aparat je odobren za upotrebu od nadležnog Ministarstva Republike Srbije.

Rezultati postignuti Plexrom vrlo su dobri s obzirom na to da se radi o neinvazivnom i nehirurškom tretmanu. Bez reza, krvi i ušivanja ova metoda ne zahteva ni primenu klasične anestezije. Na tretirano mesto dovoljno je naneti lokalni anestetik gel, nakon čega se pristupa korekciji ili uklanjanju promena sa kože. Intervencija traje najviše 30 minuta.

U slučaju korekcije palih kapaka ili kesica ispod očiju, nakon intervencije biće prisutan manji otok i

karbonske krastice do sedam dana od intervencije. Posle toga vrlo je važno da pacijent tretiranu regiju neguje prema uputstvu lekara medikamentima i medicinskom kozmetikom, kamuflažnim puderom. Neophodna je maksimalna zaštita od UV zraka kako se ne bi pojavile tamne fleke. Često je dovoljna samo jedna intervencija, ali ukoliko postoji potreba za ponavljanjem, novi tretman zakazuje se tek nakon potpunog oporavka.

U čemu se sastoji Plexr metoda?

Primena plazme u medicini relativno je nova tehnologija, primenjuje se tek poslednjih devet godina. Profesor G. Fippi patentirao je aparat koji generiše plazmu i ovu izuzetnu inovativnu tehnologiju uveo

Ciljanim uklanjanjem određenog viška kože pomoću Plexr aparata stimulišu se procesi obnove u dubini kože, odnosno sinteza novog kolagena tokom procesa prirodnog oporavka tretiranog tkiva

je u mnoge grane medicine, te estetsku medicinu. Uprošćeno, pomoću ovog aparata postiže se zatezanje kože, posebno kada je reč o kopcima ili drugim regijama. Efekat je odmah vidljiv, dugotrajan i pogodan za sve tipove kože. Ciljanim uklanjanjem određenog viška kože pomoću Plexr aparata stimulišu se procesi obnove u dubini kože, odnosno sinteza novog kolagena tokom procesa prirodnog oporavka tretiranog tkiva.

Koliko izloženost računaru i telefonu zaista utiče na zdravlje naših očiju?

Prirodna sunčeva svetlost je izvor spektra zračenja koji je nevidljiv, ali i delova vidljive plavo-ljubičaste svetlosti koja je štetna za naše oči. Štetnom zračenju smo izloženi i u uslovima veštačkog digitalnog, neonskog i LED osvetljenja. Većina nas veliki deo dana provodi u zatvorenom prostoru, pred računarem, laptopom ili telefonom, što dovodi do izražene zamora oka, zamagljenog vida, crvenih i suvih očiju, a u najizraženijim slučajevima i do pojave hronične keratopatije, tj. upale prednje površine oka, koju je neophodno adekvatno lečiti. Zbog svega navedenog razvijena su savremena oftalmološka stakla koja blokiraju i odbijaju spektar štetne plave svetlosti i čiji slojevi obezbeđuju 100 odsto UV zaštitu. Namenjena su svima čiji je rad vezan za boravak u zatvorenom prostoru i pred ekranom, a pored odlične zaštite obezbeđuju i savršen komfor prilikom rada. Naravno, ništa ne može zameniti odmor očiju, tako da bi bilo idealno da se rad na svakih 45 minuta prekida sa 2 - 5 minuta gledanja u daljinu.