

# BADANIE WZROKU TO WIĘCEJ NIŻ KOREKCJA



# Oczy to okno, przez które widać ogólny stan Twojego zdrowia

Oczy ujawniają dużo więcej informacji na temat naszego stanu zdrowia niż tylko to, jaką mamy ostrość wzroku. Oczy to okno, przez które specjalista może ocenić ogólny stan Twojego zdrowia i w porę ujawnić choroby ogólnoustrojowe.

Nie ma drugiego takiego narządu w naszym organizmie, który umożliwiłby tak łatwą ocenę stanu żył

i tętnic. Specjalista może bezpośrednio zaobserwować naczynia krwionośne tylnej części gałki ocznej. Twoje oczy mogą pełnić kluczową rolę we wczesnym diagnozowaniu zaburzeń przemiany materii takich jak nadciśnienie, cukrzyca, anemia, itp. W oczach specjalista może również dostrzec



# TO WIĘCEJ NIŻ KOREKCJA

wczesne objawy chorób, które wpływają na jakość Twojego widzenia. Dlatego tak ważne są regularne, wykonywane przynajmniej raz w roku, badania kontrolne, nawet, jeśli nie masz żadnych problemów ze wzrokiem. Oczy opowiadają historię, którą zinterpretować potrafi tylko lekarz.

## Ból głowy

Ból głowy nie zawsze jest spowodowany czynnikami zewnętrznymi, a jego przyczyny mogą być różnorodne. Ból głowy zlokalizowany w okolicach oczu może być wynikiem ich przemęczenia, ale najczęściej powiązany jest z nieskorygowaną wadą refrakcji (potrzeba korek-



cji wzroku jest nierozpoznana – pacjent nie korzysta z żadnej formy korekcji). Ponadto, ból głowy może być skutkiem zapalenia zatok lub zmęczenia oczu wynikającego z nieprawidłowego ustawienia oczu. Pewne poważne schorzenia mogą być przyczyną

bólu głowy, szczególnie w okolicach oczu lub czoła. W rzadkich przypadkach może on być również oznaką jaskry (wysokiego ciśnienia wewnątrz gałki ocznej) lub nierozpoznanego nowotworu. Ważne jest, aby rozpo-



znać i w miarę możliwości rozpocząć leczenie przyczyn regularnego występowania bólu głowy. Twój specjalista będzie starał się odnaleźć te oznaki w trakcie regularnego badania kontrolnego.

### Nadciśnienie tętnicze

Jedną z pierwszych oznak wskazujących na nadciśnienie tętnicze są nieregularne i zwężone naczynia krwionośne. Specjalista ma okazję przyjrzeć się naczyniom krwionośnym zlokalizowanym na dnie oka w trakcie badania wzroku oraz może sprawdzić stan Twoich tętnic i żył. Dlatego też badanie oka wykonywane przez specjalistę, to coś więcej niż tylko kontrola wzroku.

## Cukrzyca

Jeśli często robi Ci się gorąco i chce Ci się pić, przejściowo pogarsza Ci się ostrość wzroku oraz chudniesz lub przybierasz na wadze, to być może cierpisz na cukrzycę. Wówczas rąbka tajemnicy może uchylić specjalście badanie dna oka. Cukrzyca wpływa na małe naczynia krwionośne, w tym te znajdujące się na dnie Twojej gałki ocznej. Specjalista może je wykryć wykonując badanie wzroku, czasem nawet zanim dostrzeże inne objawy. Wczesne wykrycie cukrzycy jest istotne, gdyż tylko w ten sposób można na dłuższą metę opanować to schorzenie.



## Udar mózgu

Jeśli cierpisz na nadciśnienie, musisz mieć pewność, że Twoje leczenie niweluje wszelkie skoki ciśnienia występujące w ciągu dnia. Z badania siatkówki można odczytać ważne informacje, co może pomóc specjalście stwierdzić, czy powinieneś baczniej śledzić stan

swojego zdrowia pod kątem ryzyka udaru mózgu. Badanie okulistyczne umożliwia stwierdzenie w siatkówce obecności specyficznie zwężonych naczyń, dzięki czemu specjalista może udzielić Ci stosownych porad, których przestrzeganie może zmniejszyć ryzyko wystąpienia udaru mózgu.

### Podwyższony poziom cholesterolu



W trakcie badania wzroku Twój specjalista może również odkryć oznaki podwyższonego poziomu cholesterolu we krwi. Tłuszcze przylegają do ścian naczyń siatkówki i zmieniają ich struktu-

rę, co doskonale widać kiedy wykonujemy badanie naczyń krwionośnych oka. Stwardnienie ścian naczyń<sup>1</sup> i zwężenie ich wewnętrznej średnicy w wyniku odkładania się tłuszczu może stać się przyczyną nadciśnienia tętniczego, chorób serca oraz udaru mózgu. Wczesne wykrycie podwyższonego poziomu cholesterolu i utrzymywanie go na właściwym poziomie

# TO WIĘCEJ NIŻ KOREKCJA

pomoże uchronić Cię przed tymi chorobami, podnieść jakość Twojego życia, a nawet je przedłużyć.

## Odkryj problem, zanim go zobaczysz

Oczy są podatne na własne schorzenia, którym towarzyszą tylko minimalne objawy. Schorzenia te mogą jednak wywołać cały szereg problemów, począwszy od nieostrego widzenia, a skończywszy na zupełnej utracie wzroku. Właśnie dlatego powinieneś wziąć odpowiedzialność za zdrowie swoich oczu.

Wykonuj codziennie łatwe badanie, zadając sobie proste pytania:

- Czy moje oczy czują się dobrze?
- Czy moje oczy wyglądają dobrze?
- Czy widzę dobrze?





Jeśli na którekolwiek z tych pytań odpowiedziałeś „nie”, powinieneś udać się do specjalisty. Rutynowe badania wykonywane przez specjalistę są bezbolesne i bezinwazyjne, a mogą zapobiec wielu problemom ze zdrowiem, z jakimi może będziesz musiał się zmierzyć.

### Najczęstsze choroby oczu:

#### **Jaskra**

Jaskra powoduje podwyższenie ciśnienia panującego wewnątrz gałki ocznej w wyniku utraty zdolności do jego prawidłowej regulacji. Zmiana ciśnienia uszkadza nerw wzrokowy i w znaczącym stopniu wpływa najpierw na widzenie peryferyjne, a w dalszej kolejności na widzenie centralne. Niebezpieczeństwo polega na tym, że pacjenci nie czują i nie zdają sobie sprawy z tego, że mają jaskrę, aż jest za późno, aby jej zapobiec. Można powiedzieć, że w Twoim oku bez przerwy



# TO WIĘCEJ NIŻ KOREKCJA

panuje pewne ciśnienie, ale jaskra sprawia, że ciśnienie to zwiększa się powoli, tak że nie jesteś w stanie tego zauważyć. Mimo iż jaskra jest jedną z najlepiej poznanych chorób oczu, to nadal pozostaje jedną z najbardziej niebezpiecznych, gdyż jej objawy stają się widoczne dopiero na jednym z jej ostatnich etapów rozwoju. Nieleczona może spowodować nieodwracalną ślepotę. Z tego powodu wczesne wykrycie ma tak istotne znaczenie w zapobieganiu utracie wzroku. Twój specjalista może wykryć te wczesne zmiany w trakcie rutynowego badania wzroku.

Jest wiele sposobów leczenia jaskry, począwszy od stosowania zwykłych kropli do oczu na wczesnych etapach po zabiegi laserowe i wreszcie – w najcięższych przypadkach – leczenie chirurgiczne. Należy pamiętać, że uszkodzony nerw wzrokowy nie ulega regeneracji, za to zdrowe nerwy można chronić. Możesz zapobiec jaskrze dzięki regularnej, wykonywanej raz w roku, całkowicie bezbolesnej kontroli okulistycznej.

## Zaćma

Znajdująca się w oku soczewka ulega zmętnieniu, w szczególności u osób starszych. W wyniku predyspozycji genetycznych, objawy zaćmy mogą wystąpić



również w młodym wieku. Osoby, u których rozwija się zaćma, stwierdzają u siebie nieostre widzenie, zauważają, że nocą oślepia ich światło, a także odczuwają dyskomfort prowadząc samochód nocą.

W celu wyleczenia zaćmy konieczne jest usunięcie soczewki ocznej i zastąpienie jej sztuczną soczewką. Operacje zaćmy są jednymi z najczęściej wykonywanych zabiegów chirurgicznych na świecie. Warto wiedzieć, że promieniowanie ultrafioletowe (UV) przy-

spiesza rozwój zaćmy. Dlatego też tak ważna jest ochrona oczu przed promieniowaniem UV przy pomocy filtra UV, znajdującego się w okularach i soczewkach kontaktowych\*. Jeśli stwierdzisz, że widzisz jak przez mgłę, zgłoś się do specjalisty w celu wyjaśnienia przy-



czyny tego stanu.

*Badaj swój wzrok każdego roku  
i zachowaj zdrowe oczy na całe życie*

## Dziel się swoją wiedzą z innymi

Jeżeli czytając niniejszą broszurę dowiedziałeś się czegoś nowego, jest bardzo prawdopodobne, że również członkowie Twojej rodziny, przyjaciele i znajomi odniosą korzyści z tej lektury. Przekaż osobom, na których Ci zależy, informacje zawarte w tej ulotce, bo naprawdę warto.



\* Ważne: Wszystkie soczewki kontaktowe marki ACUVUE® posiadają filtr UV, który pomaga chronić rogówkę i wnętrze gałki ocznej przed szkodliwym działaniem promieniowania UV. Soczewki kontaktowe z filtrem UV NIE zastępują okularów przeciwsłonecznych z filtrem UV, gdyż nie zakrywają całkowicie oczu i okolic wokół nich. Zaleca się korzystać z okularów przeciwsłonecznych z filtrem UV zgodnie z zaleceniami specjalisty.

1. Stwardnienie ścian naczyń: patologiczne stwardnienie lub pogrubienie tkanki.

# ACUVUE®

BRAND CONTACT LENSES

SEE WHAT COULD BE®



Więcej informacji na temat soczewek kontaktowych marki ACUVUE® dostępnych jest na stronie internetowej [www.acuvue.pl](http://www.acuvue.pl)

Soczewka kontaktowa jest wyrobem medycznym służącym do korekcji wzroku. Badanie wzroku jest niezbędnym elementem właściwego dopasowania soczewek kontaktowych. Przed rozpoczęciem noszenia soczewek kontaktowych i w przypadku jakichkolwiek pytań lub wystąpienia niepożądanych objawów należy zawsze skonsultować się ze specjalistą. Prosimy uważnie zapoznać się z dostępną w gabinecie Instrukcją Pacjenta i zastosować się do zaleceń specjalisty.

Eye Health Advisor®, ACUVUE®, ACUVUE® 2®, ACUVUE® ADVANCE® with HYDRACLEAR®, ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® PLUS, ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM, 1-DAY ACUVUE® MOIST®, 1-DAY ACUVUE® MOIST® for ASTIGMATISM, 1-DAY ACUVUE® TruEye® i SEE WHAT COULD BE® są zastrzeżonymi znakami towarowymi na rzecz spółek z grupy Johnson & Johnson.

© Johnson & Johnson Poland Sp. z o.o. 2014