

# Υγεία + 3η ΗΛΙΚΙΑ

## Διόρθωση με laser:

# Αντιμετωπίστε τη μυωπία για πάντα



**Σπύρος Νίκας**

MD FEBO - Χειρουργός οφθαλμίατρος

**T**α επιστημονικά στοιχεία δείχνουν πως στα μέσα του αιώνα που διανύουμε ένας στους δύο κατοίκους του πλανήτη θα εμφανίσει μυωπία. Δυστυχώς, το 10% εξ αυτών θα εμφανίσει υψηλή μυωπία, που θα συνοδεύεται και από άλλους κινδύνους ως προς τους οφθαλμούς, όπως είναι το γλαύκωμα, η αποκόλλιση του αμφιβληστροειδούς, ο καταρράκτης και η μυωπική ωαροπάθεια.

Αυτή η αύξηση συνδέεται με την ολοένα και αυξανόμενη χρήση της όρασης στην κοντινή απόσταση σε ηλεκτρονικούς υπολογιστές, tablets και smart τηλεφώνω, ειδικά από τις νεαρές ηλικίες, καθώς και στη συνεχή προσπάθεια των μαθητών για καλύτερη απόδοση στο σχολείο που οδηγεί σε πολύωρη μελέτη βιβλίων. Το αποτέλεσμα είναι να τίθεται σε λειτουργία ο μηχανισμός προσαρμογής του οφθαλμού που ενισχύει τη δημιουργία της λεγόμενης ψευδο-μυωπίας.

Κάποιες έρευνες υποστηρίζουν, επίσης, ότι η αύξηση της μυωπίας οφείλεται σε όλο και λιγότερη επαφή των παιδιών με το εξωτερικό περιβάλλον και τον ήλιο, η οποία, με την ταυτόχρονη χρήση γυαλιών ήλιου που δεσμεύουν τις αρνητικές ακτινοβολίες, δρα θετικά στην ανάπτυξη των οφθαλμών.

Επιπρόσθετος λόγος θεωρείται η διατροφή των παιδιών που ολοένα και απομακρύνεται από υγιή πρότυπα. Το λεγόμενο «δυτικό» διαιτολόγιο, που περιλαμβάνει πολλά λίπη, απίστευτα υδατάνθρακες (π.χ. όσπριο ψωμί, λευκά μακαρόνια, γλυκά κλπ.), η έλλειψη στη διατροφή φρούτων, σαλάτας και σύνθετων υδατανθράκων (π.χ. ζυμαρικά ολικής αλέσεως, μύρο ψωμί, όσπρια κλπ.), που έχει ως αποτέλεσμα την αυξημένη συγκέντρωση σακχάρων και ινσουλίνης στο αίμα, οδηγεί, σύμφωνα με την άποψη κάποιων οφθαλμιάτρων, στην ελλιπή ανάπτυξη του αελητρού (το όσπριο του ματιού), ο

του οφθαλμού και τη δημιουργία μυωπίας.

### Η επανάσταση που έφεραν τα lasers στη θεραπεία της μυωπίας

Επανάσταση στην αποκατάσταση των διαθλαστικών ανωμαλιών έφερε η εισαγωγή lasers που μετέτρεψε τη διαδικασία σε μια ολιγόλεπτη επέμβαση, χωρίς πόνο και επιπλοκές. Η αντιμετώπιση της μυωπίας με laser δίνει πολλές δυνατότητες στα άτομα που έχουν υποβληθεί στη συγκεκριμένη επέμβαση:

#### ▶ Απαλλαγή από τα γυαλιά

Απαλλαγή από συμβατικά μέσα διόρθωσης, όπως είναι τα γυαλιά οράσεως και οι φακοί επαφής. Υπάρχουν αρκετοί άνθρωποι που δεν νιώθουν άνετα με τα γυαλιά και οδηγούνται στη λύση των φακών επαφής, οι οποίοι πάλι είναι υπεύθυνοι σε πολλές περιπτώσεις για τη δημιουργία λοσιμώξεων στον οφθαλμό και οδηγούν συχνά έπειτα από μακρόχρονη χρήση σε δυσανεξία, αλλεργίες και ξηροφθαλμία. Η διόρθωση της μυωπίας με laser απαλλάσσει τους ασθενείς από τα προβλήματα αυτά.

#### ▶ Πιο εύκολη καθημερινότητα

Ευχέρεια στην καθημερινότητα, καθώς οι υποβαλλόμενοι σε διόρθωση μυωπίας ασθενείς δεν είναι εξαρτημένοι πλέον από γυαλιά οράσεως ή φακούς επαφής. Είναι συχνές οι περιπτώσεις που τα γυαλιά έπαισαν για διάφορους λόγους και ο μύστος ασθενής χρειάζεται άμεση αντικατάσταση, κάτι που δεν είναι πάντοτε εύκολο. Επίσης, οι χρήστες φακών επαφής δυσκολεύονται στην πραγματοποίηση διαφόρων αθλημάτων, όπως είναι η κολύμβηση, καθώς είναι υποχρεωτική η αφαίρεσή τους από τους οφθαλμούς πριν από την επαφή αυτών με νερό. Δυστυχώς, ο κανόνας αυτός δεν τηρείται πάντοτε και είναι πολλές οι περιπτώσεις κακής χρήσης φακών επαφής που αυξάνει την πιθανότητα λοσιμώξεων στον κερατοειδή χιτώνα του οφθαλμού.

#### ▶ Καλύτερη ποιότητα ζωής

Το καθημερινό πλύσιμο των φακών επαφής με τα ειδικά υγρά πριν από τον ύπνο είναι επίσης κάτι που πρέπει να τηρείται απόλυτα από τους χρήστες τους. Είναι και αυτός ένας παράγοντας που δυσκολεύει πολλούς χρήστες, ειδικά ύστερα από πολύωρη εργασία ή παρατεταμένη παραμονή σε κλειστούς χώρους, όπως είναι εστιατόρια ή διασκέδαση σε νυκτερινά κέντρα. Δεν είναι λίγες οι περιπτώσεις που ασθενείς ξέκασαν να βγάλουν τους φακούς τους πριν κοιμηθούν. Κατά τη διάρκεια του ύπνου η έλλειψη του βλεφαρισμού εμποδίζει την ελεύθερη κίνηση των φακών επάνω στον κερατοειδή, καθώς και την ύγρανσή τους, με αποτέλεσμα πολλοί μύσους να ξυπνούν με έντονη ερυθρότητα και ενόχληση στα μάτια που μπορεί να οφείλεται σε επιφανειακούς τραυματισμούς του επιθηλίου του κερατοειδούς. Η κατάσταση αυτή απαιτεί οφθαλμική φαρμακευτική θεραπεία και αποκόμει από τη χρήση φακών για εύλογο διάστημα.

Από τα παραπάνω γίνεται σαφές πόσο τεράστιες είναι οι δυνατότητες που προσφέρει σε ένα μύσος η διόρθωση του διαθλαστικού του σφάλματος με laser. Από τη μακρόχρονη εμπειρία λόγω της υποειδίκευσής μου στη διαθλαστική χειρουργική σε μεγάλα κέντρα, όπως και πλέον στο δικό μας Medifeye-Institute, οι ανταράξεις των ασθενών την επομένη της επέμβασης ή κάποιων ημερών μετά είναι θεαματικές. Είναι τόσο μεγάλη η χαρά που προσφέρει η νέα κατάσταση στους υποβληθέντες σε θεραπεία με laser ασθενείς που αλλάζει η ψυχολογία τους όχι μόνο ως προς τον τομέα της όρασης αλλά και σε πολλές άλλες εκφράσεις της προσωπικότητας, της κοινωνικότητας και του συναισθηματισμού τους. ◀

Για περισσότερες πληροφορίες δείτε την ιστοσελίδα <http://www.medifeye-institute.gr/> ή επικοινωνήστε με τον κ. Σπύρο Νίκας, MD FEBO - χειρουργό οφθαλμίατρο, στο 210 8013793 - 794

