

## Il Glaucoma

Il Glaucoma è una malattia oculare caratterizzata da un danno progressivo del nervo ottico, che è la connessione tra l'occhio e i centri nervosi cerebrali dove arrivano le informazioni visive. La pressione interna dell'occhio, i cui valori normali sono compresi tra 14 e 20 mmHg, aumenta perché il liquido chiamato umore acqueo, che è prodotto in continuazione all'interno del bulbo, incontra una anomala difficoltà a defluire verso l'esterno attraverso le normali vie anatomiche predisposte. Nella sua forma più frequente (glaucoma cronico ad angolo aperto) è una malattia subdola perché quasi sempre "asintomatica". Solo nelle fasi tardive, quando il danno al nervo ottico è ormai avanzato si manifestano evidenti difficoltà visive prevalentemente periferiche. Le alterazioni iniziali, che non possono essere rilevate se non con specifici esami strumentali (Campo Visivo), consistono in aree di ridotta sensibilità della percezione luminosa, che pian piano diventano zone cieche del Campo Visivo (danni fascicolari e scotomi). Se non diagnosticato e curato precocemente, può compromettere la maggior parte delle fibre costituenti il nervo ottico con grave danno funzionale, giungendo nei casi più estremi alla cecità completa. Gli esami principali per giungere alla diagnosi di glaucoma sono:

### Misurazione della pressione oculare

Esame del fundus consente l'ispezione diretta del nervo ottico

Campo visivo, cioè l'esame computerizzato della porzione del mondo esterno visibile da un singolo occhio in posizione fissa, e della sensibilità all'intensità luminosa nei vari punti testati.

Pachimetria, per misurare lo spessore della cornea.

Inoltre è necessario Verificare se esiste una sicura familiarità

Il trattamento del glaucoma si basa essenzialmente sulla riduzione della quantità di umore acqueo all'interno dell'occhio, abbassando quindi la pressione endoculare, che può essere ottenuta con farmaci, con il laser o con la chirurgia. Inoltre sempre più attenzione viene posta alla protezione delle fibre nervose che costituiscono il nervo ottico con farmaci antiossidanti.



**A.N.P.I.G. ODV**  
Presidente Dott.ssa Daniela Paoli

Brochure realizzata dall'Associazione Nazionale Pazienti per il Glaucoma  
Per tutelare i diritti dei Pazienti Glaucomatosi e dei Malati Cronici della Vista

[www.anpi-glaucoma.it](http://www.anpi-glaucoma.it) [www.anpig.it](http://www.anpig.it)  
[anpiglaucoma@gmail.com](mailto:anpiglaucoma@gmail.com)

## Cataratta

È l'opacità del cristallino. Rappresenta una delle principali cause di cecità rimediale. Incide in tutte le epoche della vita, può essere anche congenita nel caso di malattie della madre nei primi mesi di gravidanza. La cataratta dell'adulto può essere operata anche con una vista residua non ottimale per l'attività lavorativa svolta. La tecnica più usata è la FACOEMULSIFICAZIONE, ovvero la frammentazione ed aspirazione della cataratta e l'impianto di un cristallino artificiale in grado di correggere anche i difetti visivi.

## Maculopatia senile

Consiste nella degenerazione della zona centrale della retina (macula) e provoca difficoltà nella lettura e nella visione precisa, viene risparmiata la visione periferica. La diagnosi precoce discrimina la forma secca o atrofica dalla neovascolare o umida, in entrambe risulta utile non fumare, alimentazione varia e vegetale e per rallentare il decorso della forma umida, trattamenti con punture intravitreali che favoriscono la cicatrizzazione della lesione. Anche diabetici e miopi elevati possono beneficiare di questi trattamenti. La diagnosi viene fatta con esame del fondo, OCT e Fluorangiografia.

## Diabete

È una affezione del metabolismo caratterizzata da un aumento della glicemia. È sempre più presente nel mondo industrializzato e causata oltre che da fattori costituzionali, da abusi dietetici e dalla sedentarietà.

Presente nel giovane (tipo 1) e nell'anziano (tipo 2), se non controllato da dieta e terapia adeguata, può creare lesioni alla retina e quindi alla vista già dopo 5-10 anni. Il paziente diabetico deve sottoporsi all'esame annuale del fondo oculare, se richiesto all'esame Fluorangiografico e se necessario al trattamento laser che mira a distruggere le zone di retina danneggiate.

## Iperensione Sistemica

L'iperensione sistemica non trattata provoca una degenerazione dei vasi ed aspetti di alterata vascolarizzazione e perfusione di molti organi tra cui: cervello, cuore, rene ed occhio. La possibilità di occlusioni o trombosi nella retina può portare a zone danneggiate che alterano la visione. Il paziente iperteso deve annualmente farsi controllare il fondo oculare oltre che seguire la terapia assegnata ed una dieta adeguata.

**World Sight Day**

12 ottobre 2023

**World Glaucoma Week**  
March 10-16, 2024



Fondazione Banca  
degli Occhi  
Lions Melvin Jones

*Essere ciechi è un male,  
ma ancora peggio  
è avere gli occhi  
e non vedere.  
Helen Keller*

I Lions vicini da sempre a chi ha problemi  
della vista.

PREVENZIONE, SOLIDARIETÀ e VICINANZA

**Distretto 108Ta2**

Governatore Nerina Fabbro



Con la collaborazione  
del LEO



Lions Club Gortzia Host



Lions Club Gortzia  
"Maria Eleonora"



Comune di Gortzia

## Perché fare una visita Oculistica nella Prima infanzia

Alla nascita e nei primi mesi fai visitare il tuo bambino se: non apre regolarmente gli occhi, non chiude gli occhi in presenza di una luce forte, se ha una forte lacrimazione o il riflesso delle pupille è biancastro, se gli occhi sono storti o se si muovono con piccole scosse. **Dai tre ai cinque anni** sottoporre ad una valutazione della vista per escludere un occhio pigro o individuare un difetto di vista che porti ad una cattiva visione. Valutare tutti i possibili incidenti che possono verificarsi con liquidi tossici o caldi, giocattoli appuntiti o oggetti pericolosi. Fare una visita oculistica prima della scolarizzazione.

## Perché fare una visita Oculistica nella Adolescenza

Nel periodo della adolescenza e dell'età pre-puberale o puberale, sono più frequenti le insorgenze di difetti miopici associati alla crescita importante nell'individuo, i controlli vanno effettuati ogni 6-8 mesi e le lenti adeguatamente cambiate. Utile è la valutazione della stanchezza visiva (astenopia), talora causata da una non perfetta visione binoculare, un utilizzo improprio di giochi, Tablet e PC, illuminazioni ambientali non adeguate. Nelle attività sportive dei giovani vanno valutati i potenziali pericoli per la vista e gli adeguati presidi di protezione (occhiali antinfortunistici, caschi ecc.)

## Perché fare una visita Oculistica nella Maturità

Nella maturità, ogni individuo, anche se sano, dovrebbe tener conto del lavoro in cui è impegnato. Ovvero se il lavoro può essere di danno all'apparato visivo e se la sua vista è efficiente per eseguire quel lavoro. Molte aziende controllano la vista dei loro dipendenti (D.LGS. 626/94) ma non sempre malattie silenti che possono essere precocemente individuate e curate. **Dopo i 45 anni** la visione per vicino diventa progressivamente difficile (presbiopia) in quella occasione una accurata anamnesi e visita oculistica che preveda l'esame del fondo e della pressione oculare evidenzieranno malattie ereditarie e familiari ed individuare fattori di rischio per malattie oculistiche senza sintomi (glaucoma, retinopatia diabetica iniziale, retinopatia ipertensiva iniziale ecc...).

## Perché fare una visita Oculistica nella Terza Età

Nella terza età insorgono sindromi dismetaboliche (diabete, ipercolesterolemia, ...) e affezioni croniche (ipertensione e malattie reumatiche ..) che possono danneggiare l'apparato visivo. L'uso di alcuni farmaci, in modo cronico, può provocare dei danni alla visione e le dosi e l'utilizzo vanno valutati dal Medico Curante e dall'Oculista (cortisonici, alcuni antiaritmici, alcuni antidepressivi ..). **Le malattie croniche dell'occhio insorgono in questo periodo: Cataratta, Glaucoma, Retinopatia Diabetica, Maculopatia;** possono essere valutate diagnosticate e curate dall'Oculista.

... anche la dieta è importante !

- 1 *Mangiare pesce almeno due volte la settimana. Scegliere pesci di piccole dimensioni, preferibilmente pesce azzurro*
- 2 *Condire con oli vegetali preferibilmente di oliva*
- 3 *Consumare cinque porzioni di frutta e/o verdura ogni giorno.*
- 4 *Cambiare sempre la verdura e/o la frutta preferendo quella di stagione.*
- 5 *Limitare l'uso di zuccheri*
- 6 *Prediligere pasta, pane e riso integrali*
- 7 *Ogni giorno mangiare semi come noci, mandorle, pistacchi ecc.,,*
- 8 *Verificare le intolleranze alimentari che possono provocare allergie e malassorbimenti*
- 9 *Limitare l'uso di scatolami ed Insaccati.*
- 10 *Svolgere attività fisica quotidiana all'aria aperta, non eccedere nel consumo di sostanze potenzialmente tossiche, (caffè, tabacco alcool).*

## Le finalità della Fondazione Banca degli Occhi Lions Melvin Jones

La Fondazione si propone di:

- ◇ Promuovere, sviluppare ed organizzare le attività di prelievo ed innesto del tessuto corneale, in linea con le previsioni legislative vigenti mediante anche intese tecnico-scientifiche con Altri Enti o Istituti
- ◇ Migliorare la qualità di vita di chi è affetto da patologie corneali che compromettono la visione
- ◇ Sensibilizzare l'opinione pubblica sull'alto valore morale e sociale dell'atto di donazione delle cornee affinché possa essere una scelta consapevole
- ◇ Promuovere la ricerca e gli studi nel campo della chirurgia corneale, attraverso il Comitato Scientifico della Fondazione, Docenti universitari della Clinica Oculistica dell'Università di Genova
- ◇ Aumentare il numero delle donazioni e diminuire la lista d'attesa
- ◇ Promuovere la ricerca e le iniziative per la prevenzione dei problemi della vista
- ◇ Poter disporre di una cornea subito in caso di necessità
- ◇ Il trapianto della cornea consente il recupero della vista in oltre il 90% dei casi