ROSHAN
EYE CARE HOSPITAL
From Darkness to LIGHT

റോഷൻ ഐ കെയർ ഹോസ്പിറ്റൽ

മെയിൻ റോഡ്, എസ്.എൻ. ജംഗ്ഷൻ, തൃപ്പൂണിത്തുറ
ഫോൺ : 0484-2774701
ഇ-മെയിൽ : roshaneyecare@yahoo.com
വെബ്സൈറ്റ് : www.roshaneyecare.com

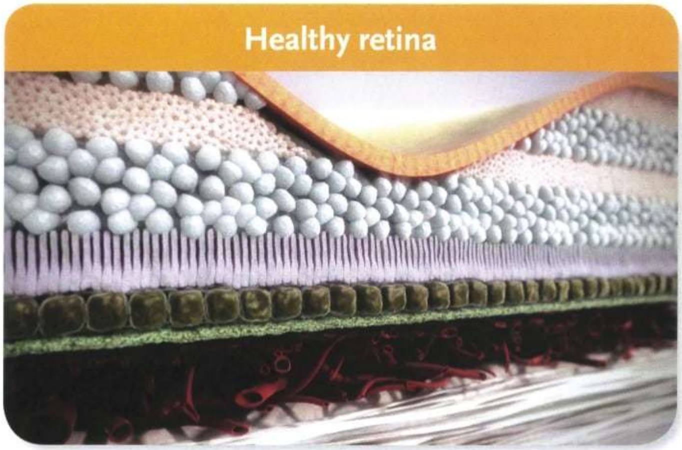
PROTECT YOUR RETINA FROM ARMD

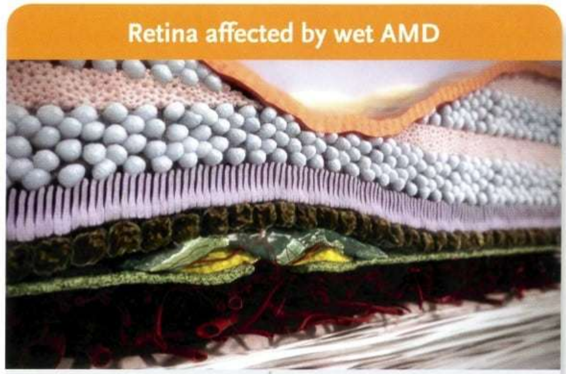
റെറ്റിനയെക്കുറിച്ച് അറിയുക നിങ്ങളുടെ കാഴ്ചശക്തി സംരക്ഷിക്കുക

പ്രായാധിക്യത്താൽ സംഭവിക്കുന്ന മാക്യുലാർ നശീകരണം (Age related Macular Degeneration (AMD))

കണ്ണിന്റെ പിന്നിലായി നിലകൊള്ളുന്ന, പ്രകാശവുമായി പ്രതിസ്പന്ദിക്കുന്ന നേത്രപടല മാണ് റെറ്റിന. ദൃശ്യങ്ങളെ സൂക്ഷ്മവും വ്യക്തവുമായി കാണാൻ അനുവദിക്കുന്ന, റെറ്റിനയുടെ ഭാഗമാണ് മാക്യുല.

പ്രായമാകുമ്പോൾ നേത്രപടലത്തിൽ വരുന്ന സൂക്ഷ്മമായ മാറ്റങ്ങളെയാണ് എ.എം.ഡി. (AMD - Age related Macular Degeneration) എന്നു വിളിക്കുന്നത്.





VEGF-A causes new, weak blood vessels to grow and leak, damaging the macula

പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണത്തിന്റെ (AMD) ലക്ഷണ ങ്ങൾ എന്തൊക്കെ?

പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണത്തിന്റെ ഭാഗമായി അവ്യക്തമായ കാഴ്ച, ദൃശ്യഭ്രംശം സംഭവിക്കുക, മധ്യഭാഗത്തെ കാഴ്ച സ്ഥിരമായോ താത്കാലികമായോ ഇല്ലാതാവുക തുടങ്ങിയ ലക്ഷണങ്ങൾ അനുഭവപ്പെടാം. വായിക്കുമ്പോൾ വ്യക്തത ഇല്ലാതാവുന്നതും വസ്തു ക്കളുടെ ആകൃതിയിൽ വത്യാസം ഉണ്ടാവുന്നതുമാണ് പ്രാരംഭ ലക്ഷണങ്ങൾ.

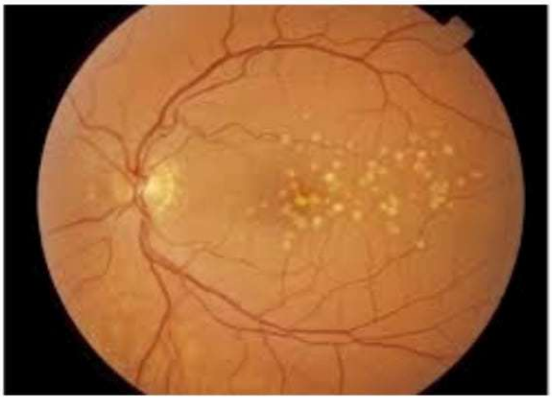
പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണം (AMD) കൂടുന്നതോടെ രോഗിക്ക് വ്യക്തികളുടെ മുഖം തിരിച്ചറിയാൻ കഴിയാതാവുന്നു. പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീ കരണം (AMD) രണ്ടു കണ്ണുകളെയും ബാധിക്കാം. പക്ഷേ അവ ഒരേ അളവിൽ ആകണമെന്നില്ല.

പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണം (AMD) എത്ര തരം?

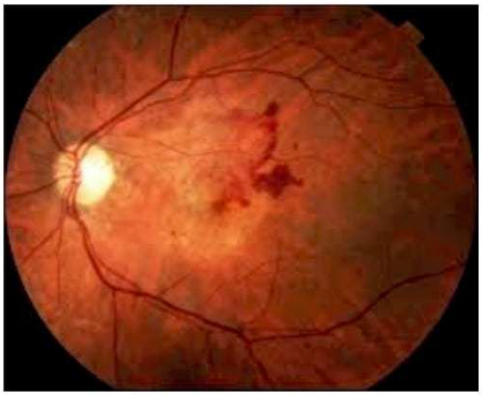
പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണം (AMD) രണ്ടു തരത്തിലാണുള്ളത്.

1. പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണം (Dry AMD)

സാധാരണയായി ഈ അവസ്ഥയിൽ ഘട്ടംഘട്ടമായി കാഴ്ച നഷ്ടപ്പെടുന്നു. ഈ രോഗികളുടെ കാഴ്ച നിരന്തരം നിരീക്ഷണ വിധേയമാക്കേണ്ടതുണ്ട്.



DRY ARMD



WET ARMD

ഈ അവസ്ഥ (Dry AMD) ക്രമേണ സ്രവങ്ങൾ റെറ്റിനയുടെ പിന്നിലായി അടിഞ്ഞുകൂടുകയും കാഴ്ചയ്ക്ക് അപകടകരമായ Wet AMD എന്ന ഘട്ടത്തിലേക്ക് മാറുമെന്ന തിനാൽ നിങ്ങളുടെ കാഴ്ചയ്ക്ക് എന്തെങ്കിലും മാറ്റമുള്ളതായി അനുഭവപ്പെട്ടാൽ ഉടൻതന്നെ നിങ്ങളുടെ നേത്രരോഗവിദഗ്ധനെ അറിയിക്കേണ്ടതുണ്ട്. ഡ്രൈ എ.എം.ഡി.ക്ക് (Dry AMD) ചികിത്സയും ശുശ്രൂഷയും ഒന്നും ഇല്ലെങ്കിലും ചിലർക്ക് വൈറ്റമിൻ ചികിത്സ ഗുണകരമാകാറു ണ്ട്. AREDS Study വെളിവക്കുന്നത് ആന്റി ഓക്സിഡന്റും, സിങ്കും അടങ്ങിയ വൈറ്റമിൻ ഗുളികൾ കഴിക്കുന്നത് AMD ഗുരുതരമായ കാഴ്ച്ച വൈകല്യം ഉണ്ടാക്കുന്ന ഘട്ടത്തിലേക്ക് കടക്കുന്നത് തടയാൻ ഒരു പരിധിവരെ സഹായകരമാകും

2. പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണം (Wet AMD)

പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണം (AMD) ഉള്ള രോഗികളിൽ പത്തു ശതമാനം (10%) പേർക്ക് WET AMD തകരാറുകൾ ഉണ്ടാവാറുണ്ട്. ഇത് നിങ്ങളുടെ കാഴ്ചയ്ക്ക് ഡ്രൈ എ.എം.ഡി.യേക്കാൾ കൂടുതൽ തകരാറുകൾ വരുത്തും. വെറ്റ് എ.എം.ഡി. ഉണ്ടാവുന്നത് റെറ്റിനയ്ക്കു താഴെയായി അസാധാരണ രക്തധമനികൾ വളരാൻ തുടങ്ങുമ്പോഴാണ്. കൊറോയ്ഡിൽ നിന്നും ആരംഭിക്കുന്നതിനാൽ രക്ത ധമനികളുടെ അസാധാരണമായ ഈ വളർച്ച കൊറോയ്ഡൽ നിയോവസ്കുലറൈസേഷൻ എന്നാണ് അറിയപ്പെടുന്നത്. ഈ രക്ത ധമനികൾ കാഴ്ചയുടെ മധ്യഭാഗത്തു ദൃശ്യഭംഗം വരുത്തിക്കൊണ്ട് ദ്രാവകങ്ങളെയോ രക്ത ത്തെയോ പുറത്തു വിടും. DRY AMD യുമായി താരതമ്യപ്പെടുത്തുമ്പോൾ Wet AMD യിലുണ്ടാകുന്ന കാഴ്ച്ച വൈകല്യം വരെ കൂടുതലാണ്

പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണം (AMD) തടയാൻ കഴി യുമോ?

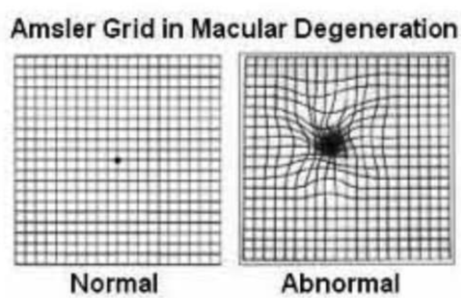
പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണത്തിന്റെ കൃത്യമായ കാരണം അജ്ഞാ തമാണ്. പുകവലി ഇല്ലാതെ, നല്ല ഭക്ഷണക്രമത്തോടുകൂടെയുള്ള ആരോഗ്യകരമായ ജീവിത ശൈലി രോഗം വരാനുള്ള സാധ്യതയെ കുറയ്ക്കും.

പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണം (AMD) ചികിത്സിച്ചു മാറ്റാമോ?

ഉയർന്ന അളവിലുള്ള ജീവക സംയുക്തങ്ങൾകൊണ്ട് (മൾട്ടി വൈറ്റമിൻ കോമ്പിനേഷൻ) കാഴ്ചശക്തി നഷ്ടപ്പെടുന്ന സാധ്യത കുറയ്ക്കുവാൻ കഴിയുമെങ്കിലും ഡ്രൈ എ.എം.ഡി.ക്കു ചികിത്സയൊന്നും തന്നെ കണ്ടുപിടിക്കപ്പെട്ടിട്ടില്ല എന്നാൽ Wet AMD പ്രാരംഭഘട്ടത്തിൽ കണ്ടുപിടിച്ചാൽ ആന്റിവെജഫ് ഇൻജക്ഷനുകൾ, ഫോട്ടോഡൈനാമിക് തെറാപ്പി, തെർമ്മൽ ലേസർ ഇവകൊണ്ട് കൂടുതൽ കാഴ്ച്ച വൈകല്യം ഉണ്ടാകുന്ന അവസ്ഥയിലേക്ക് പോകാതെ തടയാൻ ഒരു പരിധിവരെ സാധിക്കും

എനിക്ക് പ്രായവുമായി ബന്ധപ്പെട്ട മാക്യുലാർ നശീകരണം (AMD) ഉണ്ടെന്ന് എങ്ങനെഅറിയാൻ കഴിയും?

പുതുതായി ദൃശ്യഭ്രംശമോ (Distortion of Images) കാഴ്ചയ്ക്കു മങ്ങലോ (Blurred Vision) അനുഭവപ്പെട്ടാൽ ഉടൻതന്നെ നിങ്ങളുടെ നേത്രരോഗ വിദഗ്ധനെ സമീപിക്കുക. രോഗം നേരത്തെ കണ്ടുപിടിക്കുന്നത് ചികിത്സ ഫലവത്താകുന്നതിനു സഹായകമാവും. അംസ്ലർ ഗ്രിഡ് (Amsler Grid) ഉപയോഗിച്ച് ദൃശ്യഭ്രംശം സംഭവിച്ചോ എന്നു കണ്ടുപിടിക്കാൻ കഴിയും. ഇത് വീട്ടിൽത്തന്നെ ചെയ്യാവുന്നതാണ്.



Dr. Roshan MS, DOMS
Sr. Consultant Ophthalmologist

Dr. Hema M Nair MS

Dr. Roshini George MS

Dr. Gopal S Pillai MD, FICO,FRCS
Prof. & Sr. Consultant , Retina Specialist (AIMS)
(On Appointment)