

# A SZEMVIZSGÁLAT TÖBB MINT LÁTÁSKORREKCIÓ



## Szemünk az egészség tükre

A szem sokkal többet árul el az egészségünkről annál, hogy rossz vagy homályos a látásunk. Segítségével a szakember általános egészségi állapotára is rálátást nyerhet, és felfedezheti más betegségek előjeleit.

Egyetlen szervünk sem képes olyan élethű képet festeni vénáink és artériáink állapotáról, mint a szemünk. A szakember a szemfenék vérereit

is meg tudja vizsgálni. A szem kulcsfontosságú lehet sok anyagcseréhez kapcsolódó betegség korai felfedezésében, mint pl. a magas vérnyomás, a cukorbetegség vagy a vérszegénység stb. Ezért olyan fontos, hogy rendszeresen részt vegyen szemvizsgálaton, még ak-



# MINT LÁTÁSKORREKCIÓ

kor is, ha jól lát, és semmi problémája sincs a látásával. Egy könyvhöz hasonlóan a szem is egy történetet mesél el, ezt azonban kizárólag egy szakember értheti meg.

## Fejfájás

A fejfájás nem csak külső tényezőkre vezethető vissza, és okai nagyon sokfélék lehetnek. A szemprobléma eredetű fejfájás okai lehetnek a szem megerőltetése, de lehet a látáskorrekció hiánya (a látáskorrekcióra való igény nem ismert – nem használ



nál semmit a korigálására). Továbbá fejfájást okozhat homloküreg-gyulladás, vagy a szemnek a tengelyeltéréséből adódó megerőltetése. Néhány elváltozás is okozhat fejfájást, leginkább a szemek és a homlok környékén.

# A SZEMVIZSGÁLAT TÖBB



Ritka esetben zöldhályogot (magas nyomás a szemben) vagy rejtett tumort is jelezhet. Fontos, hogy diagnosztizálják, és kezeljék a gyakori fejfájások kiváltó okát. A szakember ezeket a jeleket is ellenőrzi a vizsgálat során.

## Hipertónia (Magas vérnyomás)

A magas vérnyomás első jelei a rendellenes, szűk erek. A szakember a szemfenék vérereit is ellenőrizni tudja a szemvizsgálat során. Ezáltal a szemvizsgálat a látásproblémák vizsgálatán túllép és az artériák és vénák egészségét is ellenőrzi.

# MINT LÁTÁSKORREKCIÓ

## Cukorbetegség

Ha időnként lázasnak és kiszáradtnak érzi magát, látásélessége napról napra változik, hirtelen meghízik, vagy épp súlyt veszít, előfordulhat, hogy cukorbetegségtől szenved. A szemfenék állapota ilyenkor is segíthet megtalálni a bajok forrását. A cukorbetegség először a hajszálerekre hat, a szemfenék kis ereit is beleértve. Ezt a szakember a szemvizsgálat során felfedezheti, mielőtt bármely más tünetek mutatkoznának. A cukorbetegség korai felismerése fontos a hosszú távú kezelés érdekében.



## Agyvérzés

Ha magas a vérnyomása, meg kell győződnie arról, hogy orvosi kezelése képes lesz a legma-

# A SZEMVIZSGÁLAT TÖBB

gasabb vérnyomás csúcsokkal is megbírkózni a nap folyamán.

A retina fontos információkkal szolgálhat szakemberének, aki figyelmeztetheti az agyvérzés veszélyére, így lehetősége nyílik jobban odafigyelni az egészségére az agyvérzés elkerülése érdekében. A retina szűk vérerei speciális formát alkotnak, amely a szemvizsgálat során felismerhetővé teszi a veszélyt, és ezáltal akár megelőzhetővé válhat az agyvérzés.

## Magas koleszterinszint

A szemvizsgálat során a szakember a magas koleszterinszint jeleit is felfedezheti vérében.

A zsír ugyanis rátapad a retinában futó erek



falára és megváltoztatja azok szerkezetét. A zsír-lerakódások hatására elmeszesedő<sup>1</sup> és elzáródó erek magas vérnyomást, szívrohamot vagy agyvérzést is okozhatnak.

# MINT LÁTÁSKORREKCIÓ

A magas koleszterinszint korai diagnosztizálása és kezelése segít ezen betegségek megelőzésében és emelheti életminőségét, valamint meghosszabbíthatja életét.

## Mielőbb vegyük észre a problémákat

A szem esetében kifejezetten nagy a betegségek, elváltozások kialakulásának veszélye. Ezek közül sok csak alig észrevehető tünetekkel jár, noha komplikációk széles körét vonhatja maga után a homályos látástól egészen a vakságig. Ön tartozik felelőséggel a szeméért.



# A SZEMVIZSGÁLAT TÖBB

Végezzen el naponta egy egyszerű szemvizsgálatot azért, hogy válaszol az alábbi kérdésekre:

- Jól érzik magukat a szemeim?
- Kielégítő a szemem látványa?
- Elég éles a látásom?



Ha bármelyik kérdésre nemmel válaszol, ideje felkeresnie egy szakembert szemvizsgálatra! Ne feledje, a rutin szemvizsgálat fájdalommentes és segíthet megelőzni más betegségek kialakulását.

## A leggyakrabban előforduló szembetegségek:

### **Zöldhályog**

A zöldhályog a szem belüli túlságosan nagy nyomás hatására alakul ki, amely abból ered, hogy a szem nem képes szabályozni saját bel-



# MINT LÁTÁSKORREKCIÓ

ső nyomását. Ez a nyomásváltozás károsítja a látóideget és jelentősen befolyásolja a periférikus és következésképpen a centrális látást. Ennek a betegségnek az a veszélye, hogy nem érzi és egyáltalán nem is veszi észre a tüneteket mindaddig, amíg már késő nem lesz. A szem ugyanis folyamatos nyomásnak van kitéve, azonban a zöldhályog esetében ez állandóan növekszik anélkül, hogy észlelné azt. A zöldhályog egyike talán a szakmai körökben leginkább kutatott betegségeknek, mégis az egyik legveszélyesebb, mert későbbi stádiumáig nem mutat tüneteket. Ezért korai felismerése elengedhetetlenül fontos ahhoz, hogy megőrizzük a látásunkat.

A zöldhályog korai felismerés esetén akár egy egyszerű szemcseppel vagy lézeres beavatkozással is kezelhető, ám a késői stádiumban már sebészeti beavatkozást igényel, mivel a sérült ideget már nem lehet helyreállítani. Az egészséges idegek azonban megóvhatóak! Az évi egyszeri szemvizsgálat segíthet a zöldhályog elkerülésében és teljesen fájdalommentes.



# A SZEMVIZSGÁLAT TÖBB

## Szürkehályog

A szürkehályoggal a szemlencse ködössé válik. Idősebb embereknél gyakoribb, de néhány esetben a genetikai hajlam már fiatalabb korban is előidézheti a szürkehályog kialakulását. A betegség kialakulásakor azt tapasztalja, hogy látása ködössé válik, egyre jobban zavarják a vakító fények, valamint kényelmetlenné válik az éjszakai autóvezetés is.



A szürkehályog gyógyítására a természetes szemlencsét eltávolítják, és egy szintetikus ültetnek a helyére. Ez a beavatkozás a leggyakoribb a szemműtétek közül a világon. Fontos tud-

nia, hogy az UV sugarak jelentősen felgyorsíthatják a szürkehályog kialakulását. Éppen ezért nagyon fontos, hogy szemünket szemüveggel és kontaktlencsével óvjuk a káros sugarakkal szemben\*.

Keressen fel egy szakembert, ha látása homályos!

# MINT LÁTÁSKORREKCIÓ

*Ellenőriztesse látását évente és őrizze meg szemei egészségét egész életén át!*

## Ossza meg a tudást!

Ha új dolgot tanult az itt olvasottakból, akkor valószínűleg annak valamelyik családtagja vagy barátja is hasznát láthatja, ezért ossza meg új ismereteit azokkal az emberekkel, akik fontosak Önnek.



### Megéri!

\* Az UV-szűrős kontaktlencsék nem helyettesíthetik az UV-szűrős napszemüvegeket, mivel nem fedik le teljesen a szemet és annak környékét.

---

1 Elmeszesedés: a szövet kóros megkeményedése, megvastagodása



# ACUVUE®

BRAND CONTACT LENSES

SEE WHAT COULD BE™



Az ACUVUE® kontaktlencséről bővebb információkat talál a [www.acuvue.hu](http://www.acuvue.hu) weboldalon.

A kontaktlencsék orvosi eszközök a látás korrigálására. Szemvizsgálatra van szükség annak megállapításához, hogy a kontaktlencse megfelelő-e Önnek. Mindig konzultáljon szemészával, mielőtt kontaktlencsét kezd hordani, és forduljon hozzá a kontaktlencse viselésével kapcsolatos kérdéseivel és az esetleges negatív élményekkel. Kérjük figyelmesen olvassa el a használati útmutatót (kontaktlencse szakemberénél elérhető), és kövesse a szakember tanácsait.

Az EYE HEALTH ADVISOR™, az ACUVUE®, az ACUVUE® 2™, az ACUVUE® ADVANCE® with HYDRACLEAR®, az ACUVUE® OASYS® with HYDRACLEAR® Plus, az ACUVUE® OASYS® for ASTIGMATISM, a 1•DAY ACUVUE® MOIST™, a 1•DAY ACUVUE® MOIST™ for ASTIGMATISM, a 1•DAY ACUVUE® TruEye™, az ACUVUE® 2 COLOURS™, és az ACUVUE® SEE WHAT COULD BE™ a Johnson & Johnson Vision Care, a Johnson & Johnson Kft. divíziójának védjegyei. © JJVC 2011