

وقتی که چشم سخته می کند

سخته چشم که به انسداد عروق شبکیه نیز معروف است، توسط یک لخته خونی یا باریک شدن رگ های خونی شبکیه ایجاد می شود؛ در این وضعیت جریان خون به شبکیه قطع و اگر درمان نشود می تواند سبب از دست دادن بینایی شود.

به گزارش ایسکانیوز به نقل از ایرنا، چشم ها نیز مانند تمام ارگان های بدن برای فعالیت به جریان خون غنی از اکسیژن نیاز دارند. یکی از این بافت های حیاتی چشم شبکیه است که در پشت چشم قرار دارد.

به گزارش پایگاه اینترنتی مدیکال نیوز تودی، شبکیه نقش حیاتی در ارسال سیگنال های بینایی به مغز دارد و حاوی شریان ها و وریدهای کوچک و بزرگی است که خون را به قلب می فرستند و از قلب می گیرند. این خون برای بینایی حیاتی است و انسداد رگ های خونی شبکیه نهایتاً می تواند بر بینایی تاثیر گذارد و به نابینایی منجر شود.

سخته چشمی چیست؟

در جریان یک سخته چشمی، رگ های شبکیه یا شریان ها آنطور که باید کار نمی کنند؛ این شریان ها به واسطه یک لخته خونی و یا باریک شدن رگ های خونی مسدود می شوند.

درست مانند سخته مغزی که جریان خون به مغز کاهش می یابد یا قطع می شود، در هنگام سخته چشمی نیز شبکیه ها تامین خونی خود را از دست می دهند. در این هنگام خون و مایع در شبکیه نشت می یابند و باعث التهاب می شوند. در این زمان شبکیه و دید فرد هر دو به سرعت آسیب می بینند.

سخته های چشمی بسته به رگ خونی که تحت تاثیر قرار می گیرد چند نوع مختلف دارند:

- انسداد ورید مرکزی شبکیه () که در آن ورید اصلی شبکیه مسدود می شود
- انسداد شریان اصلی شبکیه () که در آن شریان مرکزی شبکیه مسدود می شود
- انسداد ورید جانبی شبکیه () که در آن وریدهای کوچک شبکیه مسدود می شوند
- انسداد شریان جانبی شبکیه () که در آن شریان های کوچک شبکیه مسدود می شوند

افرادی که در معرض خطر ابتلا به سخته چشمی قرار دارند

برخی افراد در قیاس با دیگران با خطر بیشتر ابتلا به سخته چشمی روبرو هستند. عوامل خطر ساز سخته چشمی مشابه با سخته مغزی است.

افرادی که سابقه خانوادگی ابتلا به وضعیت های زیر را دارند در معرض خطر بالاتر ابتلا به سخته چشمی قرار دارند:

- تصلب شرایین، یا تجمع پلاک در شریان ها

- فشار خون بالا

- کلسترول بالا

- سابقه حمله قلبی یا سکته مغزی

- درد قفسه سینه

- بیماری عروق کرونر قلب

- دیابت یا سابقه خانوادگی دیابت

- گلوکوم یا آب سیاه

طبق اعلام آکادمی چشم پزشکی آمریکا، افرادی که در دهه ۶۰ سالگی خود به سر می برند به ویژه مردان با خطر بالاتر ابتلا به سکته چشمی قرار دارند.

علائم سکته چشمی

سکته چشمی معمولاً بدون درد است. یک تغییر ناگهانی در بینایی فرد یا کاهش بینایی در یک چشم اغلب اولین علامت یک سکته مغزی هستند.

کاهش بینایی یا بر کل چشم تاثیر می گذارد یا می تواند زیرکانه تر از آن باشد. بطوریکه برخی افراد تنها از دست دادن دید محیطی را تجربه می کنند و یا دچار نقاط کور یا مگس پران می شوند.

تاری یا انحراف دید نیز از دیگر علائم ابتلا به سکته چشمی است. البته این تغییرات بینایی می تواند کاهش یابد و سپس در عرض چند ساعت یا چند روز بدتر شوند.

البته سکته مغزی که بر جریان خون به مغز تاثیر می گذارد نیز می تواند باعث از دست دادن ناگهانی بینایی و یا تغییراتی در بینایی شود. به همین دلیل برای هر تغییرات ناگهانی در بینایی باید فوراً به مرکز فوریت های پزشکی مراجعه کرد.

درمان

برای کمک به حداقل رساندن آسیب وارده به شبکه باید سکته چشمی را فوراً تحت درمان قرار داد. از جمله گزینه های درمانی سکته چشم می توان به استفاده از داروهایی که لخته خونی را حل می کنند، رویه ای که به دور کردن لخته خون از شبکه کمک می کند و گشاد کردن شریان های شبکه با یک گاز استنشاقی اشاره کرد.

از سوی دیگر ممکن است افراد به پیگیری طولانی مدت برای درمان بیماری قلبی یا مشکلات رگ خونی که می تواند به سکته چشمی کمک کند نیاز داشته باشند.

پیشگیری از سکته چشمی

بررسی کلسترول یا فشار خون و نیز ورزش منظم به پیشگیری از ابتلا به سکته چشمی کمک می کند.

انجام آزمایش برای بیماری های قلبی بخش اصلی پیشگیری از یک سکته چشمی است. این آزمایش ها ممکن است شامل بررسی های منظم کلسترول و فشار خون و بررسی سایر عوامل خطر ساز بیماری قلبی مانند سابقه خانوادگی، رژیم غذایی و شیوه زندگی باشد.

عوامل خطر ساز بیماری قلبی در خطر ابتلا به سکته چشم نقش دارد. یک مقاله در مجله بیان می کند که ۶۴ درصد از افراد بعد از ابتلا به یک سکته چشمی دست کم یک عامل خطر ساز تشخیص داده نشده بیماری قلبی داشته اند. بزرگترین عامل برای این افراد کلسترول بالا بود.

بطور کلی برای سالم نگاه داشتن رگ های خونی و کمک به پیشگیری از سکته چشمی افراد باید :

- بطور منظم ورزش کرد بطوریکه بر اساس توصیه ها مردم باید دست کم هفته ای ۲.۵ ساعت ورزش کنند.
- یک رژیم غذایی سالم مملو از میوه، سبزیجات و غلات کامل و چربی های اشباع نشده مصرف کنند.
- از سیگار کشیدن پرهیز و یا سیگار کشیدن را ترک کنند.
- و بالاخره با همکاری یک پزشک سایر وضعیت های سلامتی مانند دیابت را کنترل کنند.