

**ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΝΩΣΗ ΑΣΘΕΝΩΝ
ΜΕΛΑΓΧΡΟΣΤΙΚΗΣ ΑΜΦΙΒΛΗΣΤΡΟΞΕΙΔΟΠΑΘΕΙΑΣ
ΚΑΙ ΛΟΙΠΩΝ ΕΚΦΥΛΙΣΤΙΚΩΝ ΝΟΣΩΝ ΤΟΥ ΑΜΦΙΔΗ**



**ΧΑΜΗΛΗ ΟΡΑΣΗ
ΟΠΤΙΚΑ ΒΟΗΘΗΜΑΤΑ**

**Τι είναι χαμηλή όραση;
Ποιές παθήσεις οδηγούν σε απώλεια όρασης;
Πώς μπορεί να βοηθηθεί ο ασθενής με χαμηλή όραση;
Τι είναι τα οπτικά βοηθήματα χαμηλής όρασης;**

5

ΑΘΗΝΑ 1997

ΤΙ ΕΙΝΑΙ ΧΑΜΗΛΗ ΟΡΑΣΗ:

Ός χαμηλή όραση (Χ.Ο.) νοείται η απώλεια όρασης η οποία ενώ είναι αρκετά μεγάλη ώστε να εμποδίζει τις καθημερινές δραστηριότητες παρέχει τη δυνατότητα στον ασθενή να διακρίνει κάποια πράγματα.

Η χαμηλή όραση δεν μπορεί να βελτιωθεί μέσω χειρουργικής επέμβασης ή φαρμακευτικής αγωγής. Η όραση με τα συμβατικά οπτικά βοηθήματα, γυαλιά και φακούς επαφής είναι ανεπαρκής για λειτουργίες όπως το διάβασμα, παρακολούθηση τηλεόρασης, μετακίνηση κ.α.

Η χαμηλή όραση μπορεί να είναι:

- κληρονομική
- εκ γενετής
- επίκτητη

Χαμηλή Όραση = Χρήσιμη Όραση

Διεθνείς έρευνες δείχνουν ότι το 9% των ατόμων μέχρι 20 ετών έχουν χαμηλή όραση, ενώ το ποσοστό αυξάνεται στο 14% για άτομα 21 - 64 ετών. Στις ηλικίες 65 - 84 ετών φτάνει το 60%.

ΠΟΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΠΑΘΗΣΕΙΣ ΠΟΥ ΟΔΗΓΟΥΝ ΣΤΗ ΧΑΜΗΛΗ ΟΡΑΣΗ;

Σχετικές έρευνες αναφέρουν ότι το 49% των περιπτώσεων χαμηλής όρασης οφείλεται σε διάφορες ωχροπάθειες (παθήσεις της ώχρας κηλίδας), το 16% στον καταρράκτη (συγγενή και επίκτητο), το 11% στο γλαύκωμα, το 8% σε παθήσεις του αμφιβληστροειδούς εξαιτίας του σάκχαρου, το 7% σε ατροφία του οπτικού νεύρου, το 5% σε κακοήθειες μυωπίας και το 4% στη μελαχρωστική αμφιβληστροειδοπάθεια.



Παράδειγμα ανθρώπου με εκφυλιστικές αλλοιώσεις της ωχράς κηλίδας. Παρατηρείται συνήθως ένα κεντρικό και εκτενές σκότωμα. Η περιφερική όραση συνεχίζει να είναι λειτουργική.



Παράδειγμα ανθρώπου με διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια. Συνήθως υπάρχουν αιμορραγίες σε διαφορετικά σημεία του αμφιβληστροειδούς.



Παράδειγμα ανθρώπου με γλαύκωμα. Το οπτικό πεδίο παρατηρείται περιορισμένο. Η χρόνια αυξημένη ενδοφθάλμια πίεση οδηγεί σε ατροφία του οπτικού νεύρου και απώλεια της περιφερικής όρασης.



Παράδειγμα ανθρώπου με μελαχρωστική αμφιβληστροειδοπάθεια. Υπάρχει η λεγόμενη "όραση τούνελ" ο ασθενής είναι σε να βλέπει μέσα από σωλήνα. Η πάθηση οδηγεί σε σημαντική απώλεια του οπτικού πεδίου.

ΠΩΣ ΜΠΟΡΟΥΝ ΝΑ ΒΟΗΘΗΘΟΥΝ ΟΙ ΑΝΘΡΩΠΟΙ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΧΑΜΗΛΗ ΟΡΑΣΗ;

Οι άνθρωποι με χαμηλή όραση μπορούν να βοηθηθούν έτσι ώστε να χρησιμοποιούν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο την ήδη μειωμένη όραση.

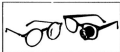
Υπάρχουν πολλά οπτικά βοηθήματα που μπορούν να βελτιώσουν την ικανότητα όρασης των ανθρώπων αυτών. Τα βοηθήματα επιλέγονται, εφαρμόζονται και παρέχονται μετά από ειδική εξέταση από τον εξειδικευμένο σε πανεπιστημιακό επίπεδο οπταμέτρη.

ΤΑ ΟΠΤΙΚΑ ΒΟΗΘΗΜΑΤΑ ΕΞΑΣΚΟΥΝ ΤΗΝ ΟΡΑΣΗ;

Με την καθημερινή χρήση των οπτικών βοηθημάτων η αναπομείνασα όραση εξασκείται και καθίσταται λειτουργική. Αντιθέτως η απομάκρυνση από κάθε είδους προσπάθεια, οδηγεί στην αδράνεια του οπτικού συστήματος.

ΚΑΤΗΓΟΡΙΕΣ ΟΠΤΙΚΩΝ ΒΟΗΘΗΜΑΤΩΝ ΧΑΜΗΛΗΣ ΟΡΑΣΗΣ

- Βοηθήματα για κοντινή όραση.
- Γυαλιά μικροσκόπια
Προσφέρουν μεγέθυνση μέχρι 16 φορές, έχουν μεγάλο εύρος πεδίου όρασης (40 mm) και έτσι ενδείκνυται για πολύωρο και ξεκούραστο διάβασμα.
- Γυαλιά ποσειωνιά
Απευθύνονται σε όσους έχουν διόφθαλμο όραση και έχουν πρόβλημα πεδίου και αντίθεσης. Τα γράμματα που βρίσκονται περιφερικά τα φέρνουν στο κέντρο, με αποτέλεσμα να γίνεται πιο γρήγορα η ανάγνωση, και να μην υπάρχουν παραμορφώσεις.



- Μεγεθυντικοί φακοί χεριός
Προορίζονται για στιγμιαία χρήση όπως ανάγνωση ενός τηλεφώνου, αναγνώριση νομισμάτων κ.α. Αποτελούν ιδανική επιλογή για όσους έχουν εκτεταμένα κεντρικά σκοτώματα ή πολύ ελαττωμένο οπτικό πεδίο. Υπάρχουν από +3D έως +68D και εναλλακτικά με ή χωρίς ενσωματωμένο φως.



- **Σταθεροί επιτραπέζιοι μεγεθυντικοί φακοί**

Είναι ραίματος, μπαταρίας ή επαναφορτιζόμενοι. Έχουν βάση και ακουμπούν πάνω στη σελίδα προορίζονται για δόξασμα ή για γραφή. Υπάρχουν από +4D έως +80D



- **Κλειστά κυκλώματα τηλεόρασης**

Αποτελούνται από δύο κάμερες, μια οθόνη και τραπέζια στο οποίο τοποθετείται το κείμενο προς μεγέθυνση. Μεγεθύνουν έγγραφα ή οποιοδήποτε άλλο κείμενο μέχρι 64 φορές. Υπάρχουν έγχρωμα και ασπρόμαυρα καθώς επίσης και φορητά που συνδέονται με μια κοινή τηλεόραση.



* Βοηθήματα για μακρινή όραση

* Τηλεσκόπια χιρώς

Είναι μονόφθαλμα τηλεσκόπια χρήσιμα για στιγμιαία χρήση όπως π.χ. η ανάγνωση του αριθμού ενός λεωφορείου, του ονόματος κάποιου οδού κ.α.

* Τηλεσκόπια προσαρμοσμένα - σε σκελετό

Μονόφθαλμα ή διόφθαλμα, με ικανότητα εστίασης από 40 cm έως το άπειρο. Χρήσιμα για γραφή, χρήση ηλεκτρονικού υπολογιστή, παρακολούθηση τηλεόρασης, περπάτημα κ.α.

* Γυαλιά φίλτρου

Βοηθούν στην αύξηση της αντίθεσης προστατεύουν από την υπεριώδη και υπέρυθη ακτινοβολία και δεν αλλοιώνουν τα χρώματα. Ανάλογα με την πάθηση χρησιμοποιείται διαφορετικό χρώμα φίλτρου.

Επιμέλεια κειμένου: Τσιπένα Τσιούπηρη

Οπτομέτρης - Mac Low Vision

Επιστημονικός Σύλλογος Οπτικών Οπτομετρών Ελλάδος

Πάροφός: στην Πανελλήνια Ένωση Ασθενών
Μεταχρωστικής Αμφιπόθειας τηλ. 5622431, 9524548

Ταχ. Διεύθυνση: Π.Ε.Α.Μ.Α.

Τ.Θ. 8159

Τ.Κ. 100 10

ΑΘΗΝΑ

ΝΕΑ ΟΝΟΜΑΣΙΑ

ΠΑΝΕΛΛΗΝΙΑ ΕΝΩΣΗ

ΑΜΦΙΒΑΗΣΤΡΟΠΕΙΔΟΠΑΘΩΝ

(Π.Ε.Α.)