काचबिंदू का गंभीर आहे?

याबद्दल अधिक माहिती घेण्यासाठी खाली देत असलेली माहिती जरूर वाचा.

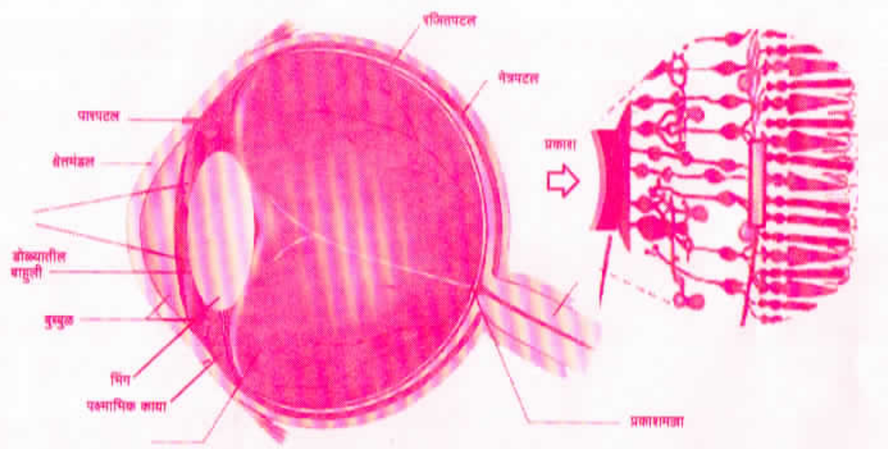
प्रिय रूग्ण,

आपल्या डोळ्याला झालेल्या अपायामुळे आपली मौल्यवान दृष्टी आणि आयुष्यातील चमक आपल्याला गमवावी लागू शकते. मात्र आपण सतर्क असले पाहिजे आणि आपल्या डोळ्यांचे कोणत्याही अपायापासुन रक्षण केले पाहिजे. काचबिंदू हा एक असा डोळ्याशी संबंधीत आजार आहे. ज्यामुळे आपल्याला अंधत्व येऊशकते. जगभरात काचबिंदू हे अंधत्वामागचे दुसऱ्या क्रमांकाचे कारण आहे.

काचबिंदूचे असे अनेक पैलू आहेत जे आपल्याला माहित हवेत, जेणेकरून असे काही होण्यापासुन आपल्या डोळ्यांचे आपण रक्षण करू शकाल. काचबिंदूचा रूग्ण आणि नेत्रतज्ञ यांच्यातील संभाषणामधून आपल्या मनात असलेल्या शंकाचे निरसन होईल या प्रकारे ही `रूग्ण शिक्षण माहितीपुस्तिका` आरेखित केली आहे.

रूग्ण : डॉ. आपण म्हणालात, मला काचबिंदूचा त्रास आहे. हा काचबिंदू नेमका काय असतो?

नेत्रतज्ञ : आपल्याला साध्या शब्दात सांगतो... आपले डोळे एखाद्या कॅमेऱ्यासारखे काम करतात, ज्यामुळे नेत्रपटल(आकृती १) हे कॅमेऱ्याची फिल्म किंवा रीळासारखी असते. जेव्हा नेत्रापटलाची संवेदनशीलता कमी होते, तेव्हा त्याला आपण `ऑप्टिक न्युरोपॅथी `` असे म्हणतो. रूग्ण हळूहळू अंधत्वाकडे जातो. दृष्टीच्या आवाक्यामधून दृष्टीचे क्षेत्र लहान होत जाते, ज्यामुळे हळूहळू कायमचे अंधत्व येत जाते. दृष्टीचे नुकसान बरे न होणारे आणि कायमचे असते.



आकृती १ : नेत्रपटलाच्याआखेरीस विस्तारासह मानवी डोळ्याच्या उभ्या छेदाची आकृती

रूग्ण : हे तर खूपच भीतीदायक आहे. डॉक्टर, काचबिंदू कशामुळे होतो? काचबिंदूला प्रतिबंध कसा करता येईल?

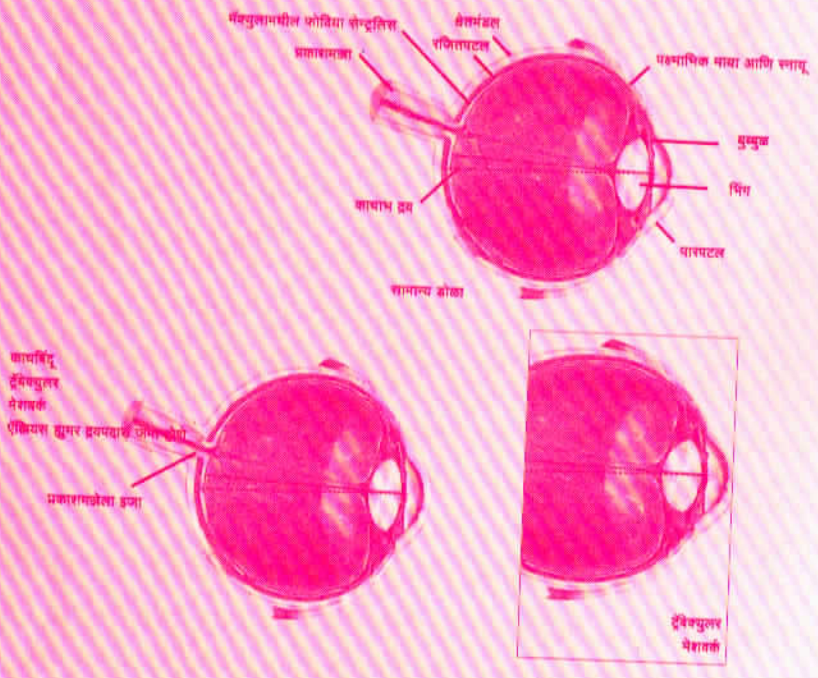
नेत्रतज्ञ : आपल्या डोळ्यामध्ये `ऍक्वियस ह्यूमर` (आकृती २) या नावाचा द्रवपदार्थ असतो डोळ्याच्या विविध भागांमध्ये हा द्रवपदार्थ फिरतो आणि डोळ्यांमध्ये त्याचे एका विशिष्ट दाबाखाली नियमन होत असते. निरोगी, व्यक्तिमध्ये, द्रवपदार्थ एका स्थिर दाबाखाली फिरत असतो. तथापि, काही कारणामुळे द्रवपदार्थामध्ये अडथळा आला, तर डोळ्याच्या आतील दाब वाढतो आणि त्याचा डोळ्याच्या आतिल भागावर तीव्र परिणाम होतो. जर दाबातील वाढ आणि द्रवपदार्थाचा योग्य निचरा हे फार काळ तसेच अनियंत्रित राहिले, तर काचबिंदूची जोखीम वाढते.

रूग्ण : डॉक्टर, काचबिंदू होण्यामागची कारणे काय आहेत ?

नेत्रतज्ञ : खालील सारणीमध्ये काचबिंदू होण्यामागची विविध कारणे दर्शवले आहेत.

मुख्य कारणे :	संभाव्य इतर कारणे :-
• डोळ्यातील उच्च दाब	• मोठा चष्म्याचा नंबर
• काचबिंदूचा कौटुंबिक इतिहास	• मधुमेह
• वय ४० आणि अधिक	• डोळ्याची शस्त्रक्रिया किंवा इतर
• असाधारण ऑप्टीक नर्व्ह ऍनाटोमी (डोळ्याच्या मागील नसेची रचना)	

दुर्दैवाने, अनेक रूग्णांना याची जाणीव फार उशीरा होते आणि त्यावेळी काचबिंदु ४०% हून अधिक वाढ झालेली असते. ते टाळण्यासाठी, वेळेवर निदान करणे आणि ताबडतोब उपचार हे काचबिंदूची वाढ रोखण्यासाठी आवश्यक असतात. आपल्यासाठी पुढील डोळ्यात घालण्याचे थेंब लिहून दिले आहेत जे आपण रोजच्या रोज न चुकता घालावेत.



ऍक्वियस ह्युमर द्रवपदार्थ जमा होणे

रूग्ण : मला या आजाराचे गांभीर्य कळले आहे. पण डॉक्टर, मला कोणतीही लक्षणे दिसत नाहीत किंवा दृष्टीची काही समस्या नाही. तर मग, आपण असे का म्हणता की मला काचबिंदूसारख्या गंभीर आजाराचा त्रास आहे ?

नेत्रतज्ञ : चांगला प्रश्न आहे ! खरे तर, काचबिंदू हा दृष्टीचा `सायलेंट किलर` आहे. बहुसंख्य रूग्णांना सुरूवातीला कोणत्याही समस्यांचा अनुभव येत नाही आणि म्हणूनच रूग्ण ही स्थिती गांभीर्याने घेत नाहीत. काचबिंदू रूग्णांला हळूहळू अंधत्वाकडे ढकलत राहतो. ती दृष्टीला लागलेली वाळवी असते. म्हणून, आमचे सर्व प्रयत्न अस्तित्वात असलेली दृष्टी कायम ठेवण्यासाठी असतात. जी आहे ती दृष्टी कायम ठेवण्यासाठी असतात. कारण आपल्या आधीच गेलेल्या दृष्टीबद्दल काही करता येत नाही. दृष्टीच्या क्षेत्राची चाचणी आणि गोनिओस्कोपी यासारख्या आधुनिक निदान पध्दतीमुळे लवकर निदान होण्याला मदत होते. आपले लिहून दिलेले डोळ्यातील थेंब आणि इतर औषधे नियमितपणे घेण्याने रूग्णाला अंधत्व येणे रोखता येते. जे रूग्ण काचबिंदू आणि त्याच्या औषधोपचाराकडे दुर्लक्ष करतात आणि बेफिकीर असतात, ते अंधत्वाची शिकार होण्यासाठी शक्यता असते.

रूग्ण : ही औषधे नियमितपणे घेऊन ही मला माझ्या दृष्टीत काही सुधारणा जाणवत नाही.

नेत्रतज्ञ : हो, हे चांगले निरीक्षण आहे. दुदैवाने, काचबिंदूचे निदान झालेले रूग्ण म्हणून, आपण अंधत्वाकडे चालले आहात, आणि हे परिस्थिती आणखी वाईट होण्यापासुन रोखण्याकरिता आहे. जर आपण लिहून दिलेली औषधे वापरली नाहीत, तर आपली दृष्टी क्षीण होत जाईल.

रूग्ण : डॉक्टर, मी औषधे घेण्याचे विसरलो तर काय होईल?

नेत्रतज्ञ : आपण डॉक्टर सांगितल्याप्रमाणे रोज औषध घेण्याचे न विसरणे किंवा न चुकवणे फार महत्वाचे आहे. लिहून दिलेल्या औषधाचा डोस चुकण्याने अपाय होऊ शकतो.

रूग्ण : औषधामुळे काचबिंदू काही काळानंतर बरा होईल का?

नेत्रतज्ञ : पुन्हा एकदा, मी आधी सांगितले ते सांगने की काचबिंदू, उच्च रक्तदाब किंवा मधुमेहासारखाच, कधी बरा होत नाही. नियमित औषध घेण्याचा उद्देश आपली आत्ताची दृष्टी वाचवणे आणि ती खराब होण्यापासून रोखणे हा आहे.

रूग्ण : डॉक्टर, औषधाच्या खर्चाचे काय? ही औषधे महाग आहेत का?

नेत्रतज्ञ : चांगला प्रश्न आहे, काचबिंदूवर उपचार करण्यासाठी महाग आणि स्वस्त अशी दोन्ही प्रकारची औषधे आहेत. त्यापैकी काहीचे तीव्र आनुषंगिक दुष्परिणाम आहेत आणि काहीचा फुफ्फुसे आणि ह्दय यांच्यावर परिणाम होऊ शकतो. काही औषधे महाग असतील, पण ती तुमची फुफ्फसे आणि ह्दय यांच्यासाठी सुरक्षित आहेत. आपल्याला फक्त आपल्या डोळ्यांकडे पाहुन नाही, तर आपल्या एकंदरित आरोग्य स्थितीकडे पाहुन औषधे लिहून देत आहे.

रूग्ण : जर मी काही काळानंतर हे औषध डोळ्यात घालण्याचे बंद केले, तर मला काय होईल?

नेत्रतज्ञ : डॉक्टर हे गृहीत धरतो की आपण सूज्ञ रूग्ण आहात. आपल्या प्रश्नांचे उत्तर देण्यासाठी आपण एक प्रयोग करू, आपले डोळे १५ मिनिटे बंद ठेवा. मला खात्री आहे की ५ मिनिटांच्या आत आपल्याला डोळे उघडावे लागतीलच. कारण आपल्या आजूबाजूच्या अंधारामुळे आपल्याला घाबरायला होते. हा अंधार कायमचा आपल्या आयुष्य भाग बनवू नका. आपल्या डोळयांना अधिक महत्व द्या, जेणेकरून आपण स्वावलंबी रहाल.

रूग्ण : या औषधाबद्दल माझे एक निरीक्षण आहे. मी डोळ्यातील थेंब टाकल्याटाकल्या माझे डोळे लाल झाले. मला काळजी वाटली, की माझ्या डोळ्यांना काय झाले, काही तरी चुकीचे घडते आहे का ?

नेत्रतज्ञ : चांगला प्रश्न, नवीन औषधांपैकी कांहीमुळे डोळ्यांना सुरूवातीला लालसरपणा येतो. त्याबद्दल फार काळजी करू नका,कारण कालांतराने लालसरपणा कमी होईल. हा लालसरपणा मुळीच अपायकारक नाही.

रूग्ण : मला माझ्या डोळ्यांच्या जवळच्या त्वचेचा रंगही बदललेला दिसतो.

नेत्रतज्ञ : या प्रकारची औषधे वापरणाऱ्या काही रूग्णांमध्ये पापण्यांचे केस वाढल्याचे आणि रंगद्रव्यात वाढ झाल्याचे दिसून आले आहे. डॉक्टरांचा सल्ला दिल्याप्रमाणे थेंब घालत रहा, काळजी करण्याचे कारण नाही.

रूग्ण : डॉक्टर, मी डोळ्यातील थेंब कसे वापरावेत?

नेत्रतज्ञ : कृपया प्रत्येकवेळी आपण डोळ्यातील थेंब टाकातांना खाली दिलेल्या रूपरेखेप्रमाणे टाका.

१. आपले हात स्वच्छ धुवा.
२. पहिल्या वेळी बाटली वापराण्याआधी, वेष्टन काढून टाका आणि बाटली बाहेर काढा.
३. बाटलीचे झाकण काढा. (आकृती ३ पहा)
४. बाटली एका हातात आपला अंगठा आणि पहिल्या बोटाने उलटी पकडा. (आकृती ४ पहा)
५. आपले डोके मागे झुकवा आणि वर पहा.
६. आपला दुसरा हात वापरून आपली डोळ्याची खालची पापणी ओढून धरा.
७. ड्रॉपरचे टिप डोळ्याच्या जवळ पण स्पर्श न करत धरा. बाटली मध्यभागी हलकेच दाबून एक थेंब आपल्या डोळ्यात टाका.
८. आपला डोळा हलकेच उघडझाप न करता बंद करा आणि आपल्या डोळ्याच्या आतला कोपऱ्या आपल्या तर्जनीने किमान २ मिनीटे दाबून ठेवा. (आकृती ५ पहा)
९. आवश्यक असल्यास या पायऱ्या दुसऱ्या डोळ्यासाठी करा.

आकृती ३

आकृती ४

आकृती ५

१०. बाटलीचे टोपण लावा, आणि ती घट्ट बंद करा.
११. आपले हात पुन्हा साबण आणि पाण्याने धुवा. आपण बाटलीच्या टोकाचा कोणत्याही पृष्ठभागावर स्पर्श होऊ न देणे महत्वाचे आहे - यामुळे आपल्या डोळ्याच्या थेंबांना कसलाही जंतुसंसर्ग न होण्याची खात्री होते.
१२. दोन औषधांमध्ये किमान १० मिनिटांचे अंतर ठेवा.

रूग्ण : डॉक्टर, आपण आधी काचबिंदूचे निदान करण्यासाठी उपलब्ध असलेल्या विविध चाचण्यांबद्दल सांगितले, त्यातल्या काहीबद्दल आपण मला सांगू शकता का?

नेत्रतज्ञ : टोनोमिटर, ओ.सी.टी., व्हिज्युअल फील्ड पेरिमेट्री आणि गोनियोस्कोपी या चाचण्या सामन्यतः काचबिंदूचे मूल्यमापन करण्यासाठी वापरल्या जातात.

चालू असलेली गॉनिओस्कोपी चाचणी

व्हिज्युअल फील्ड चाचणीमध्ये रुग्णाला एका विशिष्ट प्रकाशाकडे टक लावून पाहायला लावून आणि त्याच वेळी आजूबाजुला इतर प्रकाश टाकून दोष आणि त्यांचे स्थान शोधले जाते.

रूग्ण : डॉक्टर, एक शेवटचा प्रश्न, मी नेत्रतज्ञला किती वारंवार भेट देऊन सल्ला घेतला पाहिजे?

नेत्रतज्ञ :

- महिन्यातून किमान एकदा डोळ्यांच्या रूग्णालयास भेट द्या.
- आपल्या डोळ्यातील दाब तपासून घ्या.
- आवश्यक असल्यास आपले नेत्रतज्ञ दृष्टीचे आणखी नुकसान झाले आहे का याचे मूल्यमापन करण्यासाठी दृष्टीक्षेत्राची चाचणी करून घ्यायला सुचवतील, जी ३-६ महिन्यातून एकदा केली जाऊ शकते. आणि त्यानुसार औषध सुचविली जाऊ शकतात.
- लिहून दिलेली औषध डॉक्टरांच्या परवागीशिवाय कधीही थांबवू नका किंवा चुकवू नका.

रूग्ण : डॉक्टर, माझ्या शंकाचे निरसन केल्याबद्दल धन्यवाद !,आणि मी आपल्याला आणि मला स्वःतालाही वचन देतो की मी नियमितपणे आपल्याला भेटत देईल.

नेत्रतज्ञ : हे वचन आपण पाळलं तर काचबंदूच्या दुष्परिणामाची रोकथाम होऊ शकते.

कारण....सूर्योदयाचे सौंदर्य ऐकता येत नाही तर, ते पाहुनच अनुभवता येते.