



تاریخ	۲۴
آذر	
۱۴۰۰	
چهارشنبه	

## هر شماره؛ معرفی یک بیماری و پیشگیری

### و درمان آن

## این شماره: نابینایی موقت

## سلامت



صفحه	۶
شماره	
۳۲۴۷	
سال	
بیست و هفتم	

### پیش بینی شایع ترین علت نابینایی افراد با بررسی شبکه

برای کارهای دقیق مثل خواندن و رانندگی لازم است. در این مطالعه یک تیم تحقیقاتی که شامل محققان دانشگاه ساوتهمپتون، دانشگاه کینگز لندن و بیمارستان چشم مورفیلد بودند، سابق بیش از ۳۰ هزار بیمار را که اسکن شبکه و داده‌های ژنتیکی آنها در بانک اطلاعات پزشکی بریتانیا ثبت شده بود را بررسی کردند.

۳۴ عامل/فاکتور خطر ژنتیکی شناخته شده برای دژنراسیون ماکولا مرتبط با سن (AMD) وجود دارد و طی این مطالعه دانشمندان توانستند داده‌های اندازه گیری شبکه چشم افراد دارای فاکتورهای خطر را با افراد فاقد فاکتورهای خطر این بیماری مقایسه کنند.

یافته‌های این مطالعه که در مجله "Scientific Reports" منتشر شده است، نشان داد که شرکت کنندگان دارای چشم‌های سالم و بدون سابقه دژنراسیون ماکولا مرتبط با سن، اگر حامل ژنهایی باشند که آنها را در معرض خطر ابتلا به این بیماری قرار می‌دهد، شبکه نازک‌تری دارند.

اندرو لوتری استاد چشم پزشکی از دانشگاه ساوتهمپتون و رهبر این مطالعه گفت: در حال حاضر بیشتر درمان‌های دژنراسیون ماکولا مرتبط با سن زمانی که بیماران از قبل دچار مشکل شدید بینایی شده‌اند، شروع می‌شوند. بنابراین بسیار مهم است که بیشتر در مورد عوامل ایجاد کننده آن بدانیم. نتایج این مطالعه به ما کمک می‌کند تا مراحل اولیه بیماری و قبل از بروز علائم را درک کنیم. اگر بتوانیم در مراحل اولیه مداخله کنیم، به احتمال زیاد قادر به حفظ بینایی فرد خواهیم بود.

پروفیسور لوتری در انتها افزود: تغییر رژیم غذایی، ورزش بیشتر و ترک سیگار می‌تواند به پیشگیری از پیشرفت این بیماری کمک کند.



یافته‌های مطالعه اخیر محققان دانشگاه ساوتهمپتون انگلیس نشان داده که بررسی علائم شبکه افراد می‌تواند به پیش‌بینی احتمال ابتلای آنها به بیماری دژنراسیون ماکولا بیانجامد. به گزارش ایسنا و به نقل از تی ان، محققان انگلیسی اخیرا اظهار کرده‌اند، علائم بیماری دژنراسیون ماکولا مرتبط با سن می‌تواند زودتر از آنچه قبلا تصور می‌شد و حتی قبل از اینکه بیماران بینایی خود را از دست بدهند، ظاهر شوند. این یافته‌ها راه را برای تحقیق در مورد درمان زودهنگام این بیماری باز می‌کند و این امر می‌تواند به کاهش سرعت ابتلای افراد به این بیماری که شایع‌ترین علت از دست دادن بینایی در کشورهای غربی است، کمک کند.

تاهی لکه زرد یا دژنراسیون ماکولا شایع‌ترین علت کوری در افراد مسن است. در این بیماری ماکولا یا لکه زرد تخریب می‌شود. ماکولا قسمت حساس به نور شبکه و مسئول دید مستقیم و واضح است که

### نابینایی موقت در یک چشم



نابینایی ناگهانی (زیر رفتن کامل یا تقریبی بینایی) در یک چشم یک فوریت پزشکی است. در بسیاری از موارد، شما یک‌زمان کوتاه برای تشخیص و درمان دارید تا از نابینایی دائمی جلوگیری کنید. به گزارش اقتصادآنلاین، از دست‌دادن موقتی بینایی همچنین ممکن است نشانه هشداردهنده یک مشکل جدی مانند سکته مغزی باشد.

از دست‌دادن موقتی بینایی در یک چشم هر دو چشم رخ دهد. این معمولا علامت یک بیماری زمینه‌ای است که باعث جریان کافی خون در چشم نمی‌شود، مانند لخته شدن خون همچنین کاهش بینایی می‌تواند از ثانیه به دقیقه ادامه داشته باشد. در اصطلاح پزشکی این اختلال این‌گونه شناخته می‌شود:

از دست‌دادن بینایی موقت کوری اپیزودیک از دست‌دادن بینایی چشمی گذرا کوری یک‌چشم علت کوری موقت چشم چیست؟

شایع‌ترین علت نابینایی در یک چشم کاهش جریان خون است. عروق کاروتید در گردن شما خون را از قلب به چشم و مغز می‌رسانند. گاهی اوقات پلاک (رسوبات چربی) بر روی دیواره‌های این رگ‌های خونی جمع می‌شوند و میزان خونی که می‌تواند از طریق آنها عبور کند را کاهش می‌دهند. تکه‌های کوچک این پلاک حتی می‌تواند شکسته و جریان خون را مسدود کند. باریک شدن یا مسدود شدن رگ‌های خونی که خون را به چشم شما می‌آورند می‌تواند باعث کوری موقتی شود. لخته شدن خون همچنین می‌تواند باعث انسداد شود. لخته خون توده‌ای است، مانند ژل است که از حالت مایع به حالت نیمه جامد منعقد شده است.

اگر لخته خون، شریان شبکه شما را مسدود کند، از آن به‌عنوان انسداد شریان شبکه شاخه‌ای یا انسداد شریان شبکه مرکزی یاد می‌شود. سایر علل احتمالی کوری موقتی



از دست‌دادن موقتی بینایی (کلی یا جزئی) نیز می‌تواند نتیجه این موارد باشد:

- سرردهای میگرنی
- کم‌خونی سلول داسی شکل، همچنین به‌عنوان بیماری سلول داسی شکل (بیماری خونی ارثی) نیز شناخته می‌شود.
- گلوکوم حاد بسته شدن زاویه (افزایش ناگهانی فشار چشم)
- پلی آرتريت ندوزا (بیماری رگ‌های خونی)
- نوریت بینایی (التهاب عصب بینایی)
- افزایش ویسکوزیته پلاسما (سرطان خون، میلوم چندگانه)
- پاپیلم (فشار مغز باعث تورم عصب بینایی می‌شود)
- آسیب به سر
- تومور مغزی
- واژواسپاسم همچنین می‌تواند باعث کاهش موقتی بینایی شود. این وضعیت نتیجه محدودیت در جریان خون ناشی از سف شدن ناگهانی رگ‌های خونی چشم است.
- واسپاسم می‌تواند به دلیل موارد زیر ایجاد شود: تمرین‌های ورزشی دشوار

### نابینایی موقت چیست؟

دکتر ساینا

گشت. هنگامی که رگ خونی در شبکه‌ی چشم منقبض می‌شود، باعث بروز این مشکل می‌گردد. این امر جریان خون را کاهش می‌دهد، در نتیجه کوری موقت در یک چشم ظاهر می‌شود. بروز بیماری واژواسپاسم می‌تواند دلایل متعددی داشته باشد، از جمله میگرن شبکه، آترواسکلروز و فشار خون بالا.

بیماری آب سیاه چشم (گلوکوم) می‌تواند منجر به نابینایی موقت شود. در این حالت در عنبیه‌ی چشم برآمدگی ایجاد می‌شود و مانع از تخلیه‌ی مناسب مایعات چشم می‌گردد. این امر باعث افزایش فشار در چشم می‌شود. در این شرایط، احتمال بروز حالت تهوع، تاری دید کوتاه‌مدت، ایجاد هاله و یا نابینایی در یک چشم بسیار زیاد است. پزشک به بررسی مردمک چشم می‌پردازد تا واکنش مردمک را نسبت به نور بسنجد. چنانچه این بیماری به درستی درمان نشود، منجر به نابینایی دائمی خواهد شد.

آرتريت گيگهاهي (آرتريت سلول غول آسا) این وضعیت رایج نیست، اما یک دلیل مهم از بین رفتن بینایی در افراد بالای ۵۰ سال است. این بیماری باعث ایجاد التهاب در شریان‌ها –به خصوص آن دسته از شریان‌هایی که در قسمت سر واقع شده‌اند– می‌شود. علائم آن شامل سردرد، حساسیت به پوست سر، درد فک، تب و خستگی است. این بیماری نیز عاملی است برای نابینایی موقت و معمولا فقط در یک چشم اتفاق می‌افتد. چنانچه مراحل درمانی آرتريت طی نشود، در طول یک تا دو هفته نابینایی دائمی رخ خواهد داد.

درمان نابینایی موقت به علت آن بستگی دارد. اسپرین به عنوان رقیق‌کننده‌ی خون ممکن است برای جلوگیری از لخته شدن آن تجویز شود. سطح کلسترول بالا، فشار خون بالا و دیابت ممکن است با رژیم و دارو درمان شوند. اگر سیگار می‌کشید، متوقف کردن آن بسیار مهم است. اگر انسداد جدی رگ خونی در گردن شما وجود داشته باشد، ممکن است برای برداشتن آن نیاز به عمل جراحی داشته باشید.

چطور از خودم در برابر نابینایی موقت محافظت کنم؟ سبک زندگی سالم می‌تواند به جلوگیری از نابینایی موقت و همچنین سکته مغزی یا سایر بیماری‌ها کمک کند. در مورد کارهایی که می‌توانید برای داشتن یک سبک زندگی سالم انجام دهید، با پزشک معالج خود مشورت کنید. برخی از فعالیت‌ها شامل موارد زیر می‌شوند:

فشار خون، قند خون و کلسترول خود را با رژیم، ورزش و دارو حفظ کنید. یک رژیم غذایی سالم داشته باشید و وزن مناسب خود را حفظ کنید. یک فعالیت ورزشی مناسب برای خود انتخاب نمایید. یاد بگیرید که استرس را مدیریت کنید. اگر سیگار می‌کشید، سعی کنید آن را ترک نمایید. نابینایی موقت چگونه تشخیص داده می‌شود؟ پزشک متخصص از شما در مورد برخی از علائم سؤال خواهد کرد. او چشم شما را به دقت معاینه کرده و آزمایش‌هایی را برای تشخیص علت نابینایی موقت انجام خواهد داد. این آزمایش‌ها که ممکن است شامل موارد زیر شوند:

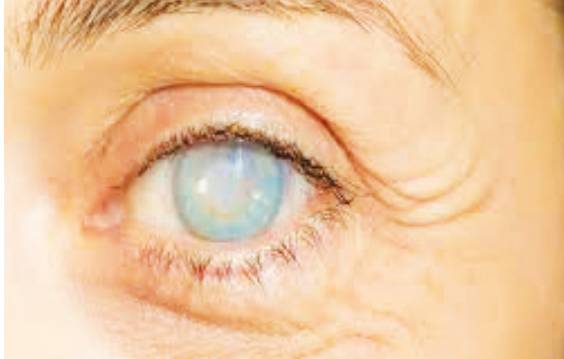
آزمایش خون سونوگرافی داپلر عروق گردن از امواج صوتی استفاده می‌کند تا تصاویری از رگ‌های خونی موجود در گردن را نشان دهد. به کمک این روش، انسداد و یا باریک شدن رگ‌ها مورد بررسی قرار می‌گیرد. سی تی اسکن از اشعه‌ی ایکس و یک کامپیوتر برای نشان دادن تصاویر دقیق از رگ‌های خونی و مغز استفاده می‌کند. MRI از یک میدان مغناطیسی قوی و امواج رادیویی استفاده می‌کند تا تصاویر دقیقی از رگ‌های خونی و مغز را نشان دهد. اکوکاردیوگرام کفایت پمپاژ خون را توسط عضلات قلب خون نشان می‌دهد.

### علل کوری ناگهانی یا کاهش دید ناگهانی را مرور کنیم!

دکتر زهرا وهابی



۶. آدم مغزی و بدنبال آن ورم عصب چشم
- ۷.بیماری سیکل سل
- ۸.نوروپاتی عصب چشم در زمینه ایسکمی
- ۹.نوروپاتی عصب چشم در زمینه ضایعه فشار نده
- ۱۰.اسکالیت بررسی های لازم؛ انجام آزمایشات قند و چربی و تیروئید کبدی و واسکولتی انجام ام آر آی مغز و چشم انجام بررسی عروق مغز انجام بررسی قلبی مشاوره چشم درمان بستگی به تشخیص دارد، از آنجا که شایع ترین علت ایسکمی است، البته بعد از رد علل چشمی و عفونت؛ دادن آ نتی پلاکت مثل آسپیرین، یا کلوییدگروول یا اگر نوکس در راس کارها قرار دارد. در صورت مطرح شدن التهاب عصب چشم optic neuritis دادن کورتن می‌تواند کمک کننده باشد.



دلایل مختلفی وجود دارند که می‌توانند منجر به نابینایی موقت شوند. در این حالت، فرد برای مدتی، تمام و یا بخشی از بینایی خود را از دست می‌دهد. این امر بستگی به علت بروز این اختلال دارد. مدت زمان نابینایی موقت نیز متغیر است؛ ممکن است از بین رفتن دید در یک بازه‌ی کوتاه چند دقیقه‌ای و یا برای زمانی طولانی شخص را درگیر کند. اگر از دست دادن بینایی به طور ناگهانی اتفاق افتاده باشد، باید در زودترین زمان ممکن به پزشک متخصص مراجعه کنید.

اگر نابینایی به صورت جزئی اتفاق افتاده باشد، احتمال دارد که فرد به میگرن دچار باشد. از دست دادن بینایی شرایط دشواری را برای فرد به وجود می‌آورد. با این حال می‌توان با توجه به شرایط بیماری و علت بروز آن، راهکارهای مناسبی را جهت بهبودی این مشکل ارائه نمود. از نابینایی موقت تحت عنوان Amaurosis Fugax یاد می‌شود. این شرایط به دلیل عدم جریان خون در چشم ایجاد می‌شود و ممکن است هشداری برای بروز یک مشکل جدی‌تر (مانند سکته مغزی) باشد.

نابینایی موقت چگونه اتفاق می‌افتد؟ شایع‌ترین علت نابینایی موقت، کاهش جریان خون در چشم است. یک رگ خونی بزرگ در دو طرف گردن وجود دارد که خون را از قلب به چشم و مغز می‌آورد. رسوبات چربی به نام پلاک ممکن است در رگ‌های خونی رسوب کرده و آن‌ها را باریک کنند. تکه‌های کوچک پلاک، دیواره‌ی رگ را مسدود کرده و مانع رسیدن خون به چشم می‌شوند. این امر در نهایت منجر به کوری موقت می‌گردد. دیابت، سیگار، فشار خون بالا و کلسترول بالا می‌تواند باعث بروز مشکل در رگ‌های خونی و اختلال در بینایی شوند.

سرردهای میگرنی می‌توانند منجر به نابینایی موقت شوند. در این حالت رگ‌ها باریک شده و اسپاسم در آن‌ها به وجود می‌آید. این امر سبب خون‌رسانی نامناسب به چشم می‌شود. بیماری Sickle Cell یک نوع کم خون ارثی است و خطر ابتلا به مشکلات چشم را افزایش می‌دهد.

گلوکوم (زاویه بسته) معمولا باعث افزایش ناگهانی فشار در تنها یکی از چشم‌ها می‌شود.

سرردهای میگرنی میگرن شایع‌ترین علت نابینایی موقت است. هنگامی که میگرن دارید، ممکن است در هر دو چشم هاله داشته باشید؛ در این صورت دید واضحی نخواهید نداشت. میگرن شبکه، تنها در یک چشم دیده می‌شود. این وضعیت بسیار نادر بوده و منجر به نابینایی جزئی یا کلی برای مدت کوتاهی می‌گردد. مدت‌زمان آن می‌تواند بین ۱۰ تا ۲۰ دقیقه متغیر باشد. این وضعیت معمولا قبل و یا بعد از سردرد رخ می‌دهد.

بیماری شبکه‌ی چشم واژواسپاسم شبکه‌ی (Retinal Vasospasm) این بیماری می‌تواند مانند میگرن، باعث نابینایی موقت شود. دید شما با استفاده از روش‌های درمانی برای این بیماری، پس از مدتی باز خواهد

از دست دادن ناگهانی دید با علل مختلف در سنین متفاوت دیده می‌شود.

بیماران به صورت های مختلفی شکایت خود را بیان می‌کنند؛ مه آلود شدن، آ مدن پرده ، نقاط سیاه و تاری دید. زمان این تاری دید از چند ثانیه تا چند ساعت متغیر است و می‌تواند یک بار رخ دهد و یا چندین بار در روز تکرار شود و بالاخره پایدار شود.

شایع ترین علت آن ایسکمی است و معمولا عوامل خطر قلبی و عروقی وجود دارد. در گیری عروق کرونر و شواهد آترواسکلروز در اندام‌ها و سایر ارگانها دیده می‌شود.

علل دیگر شامل عفونت، التهاب، و اسکولیت، تروما، علل ساختاری و یا انسداد و در آخر علل ایدیوپاتیک است.

ایسکمی رخ داده باعث اختلال در رساندن اکسیژن و مواد مغذی به سلولهای عصبی و فیبرهای عصبی می‌شود.

از دست دادن دید یکطرفه در افراد زیر ۴۰ سال معمولا فرآیند خوش خیمی است مثلا در اثر اسپاسم شریان‌ها در زمینه میگرن، ولی از دست دادن دید دو طرفه فرآیند مهمی است و باید به علل عروقی مثل سکته

دو طرفه لوب بینایی و یا انسداد کاروتید فکر کرد و بررسی انجام داد. این بیماری در مردان دو برابر زنها شیوع دارد.

ظاهر چشم در معاینه مهم است. چون وجود درد بدون ترشح احتمال التهاب عصب چشم/ optic neuritis/ یا کلانتر و یا سینوزیت را مطرح می‌کند و در صورت سالم بودن معاینه ظاهری چشم ، علل خارج چشمی مطرح می‌شود.

وقتی برای بیماری تاری دید مطرح می‌شود عوامل مختلفی باید مد نظر باشد:

- ۱.درگیری شریان مرکزی چشم
- ۲.درگیری ورید مرکزی چشم
- ۳.آسیب قرینه چشم
- ۴.آرتريت سلول ژانت
- ۵.سرردد میگرنی