

LUMINA OCHILOR TĂI cere cea mai mare atenție!

 **alphega**
farmacie
aproape de tine

Primul dintre simțuri și cel mai prețios, vederea, ne așează în lume.
Din păcate, trecem cu vederea faptul că afecțiunile oftalmologice se pot agrava.

Vorbiți din timp cu farmacistul Alphega: vă poate îndruma spre oftalmolog, dacă este cazul. Și astfel, privitorul va continua să reflecte frumusețea lumii.



Orice informație medicală și/sau recomandare de sănătate conținută în prezentul material și/sau alte materiale informative ale companiei „Lumina ochilor tăi” cere cea mai mare atenție* este pusă la dispoziție doar în scopuri informativ și nu reprezintă o consultație medicală și/sau nu este menită să reprezinte îngrijire profesională calificată. De asemenea, informațiile medicale și/sau recomandările medicale conținute în prezentul material și/sau alte materiale informative ale companiei „Lumina ochilor tăi” cere cea mai mare atenție* nu înlocuiesc consultul medical de specialitate și nu trebuie să fie utilizate pentru a lua decizii medicale sau de sănătate. Nu vom fi responsabili pentru orice plângere, rican sau vătămare directă sau indirectă care rezultă din utilizarea pe orice informație/recomandare conținută de prezentul material și/sau alte materiale informative comunicate în cadrul campaniei „Lumina ochilor tăi” cere cea mai mare atenție.*

Proiect susținut de
 **Théa**
let's open our eyes

În parteneriat cu



Comunitatea
Asociațiilor de
Pacienți

Văzul poate fi considerat cel mai important dintre simțuri, având în vedere că aduce o mare parte din informațiile procesate de creier, în fiecare secundă. Astfel, o calitate scăzută a vederii va avea un impact major asupra vieții de zi cu zi.

Degenerescenta maculară legată de vârstă (DMLV) cauzează 8,7% dintre cazurile de pierdere a vederii, la nivel mondial. Aceasta reprezintă o patologie a maculei, zona centrală a retinei (porțiunea din ochi care primește informațiile luminoase venite din ochi și le transmite creierului pentru a forma imaginea). Fiind situată central, este responsabilă pentru vederea exactă, de detaliu, iar orice afectare maculară este resimțită de pacient și necesită o evaluare oftalmologică amănunțită.

De la ce vârstă ne putem confrunta cu DMLV?

- Riscul de a dezvolta DMLV este important începând cu vârsta de 50 de ani

Care sunt simptomele la care trebuie să fim atenți?

- O vedere încețoșată, în special la lucrul la aproape
- Senzația că în fața ochilor este o pată care acoperă centrul imaginii privityte
- Distorsionarea imaginii (de exemplu, dacă privim un obiect drept - un stâlp - acesta pare ondulat sau strâmb), sau, mai rar, vederea unei imagini care este mai mică sau mai mare decât în realitate
- Culorile par modificate

Care sunt factorii care influențează apariția și dezvoltarea acestei boli?

- vârsta înaintată
- istoricul familial de DMLV
- fumatul - care dublează riscul de a dezvolta DMLV
- hipertensiunea arterială și alte maladii cardiovasculare

- dieta bogată în grăsimi
- obezitatea

Ce putem face pentru a încetini DMLV?

- Să avem o dietă bogată în antioxidanți ar putea avea rol protectiv în DMLV, astfel, mai multe studii s-au concentrat pe dezvoltarea unui complex eficient de antioxidanți, care să conțină vitamina E, vitamina C, zinc, cupru, și derivații de vitamina A, luteină și zeaxantină - componente esențiale ale funcționării ochilor, care se găsesc în concentrații mari în maculă. S-a demonstrat că suplimentarea zilnică cu aceste molecule conduce la o scădere de 25% a riscului de a dezvolta DMLV, formă medie și avansată. Alte studii relevă un posibil beneficiu și în urma suplimentării cu acizi grași omega-3, seleniu sau resveratrol.
- Să ducem un stil de viață echilibrat:
 - o dietă bogată în antioxidanți,
 - o dietă săracă în alimente procesate, bogate în grăsimi și zaharuri
 - activitate fizică zilnică
 - renunțarea la fumat
 - protecția ochilor în fața razelor solare (de exemplu, cu ochelari de soare).

Având în vedere frecvența ridicată a bolii la vârste mai înaintate, se recomandă evaluarea oftalmologică începând cu vârsta de 50 de ani, în special la persoanele cu factori de risc adiționali (istoric familial de DMLV, fumat, și restul factorilor detaliați anterior).

Află mai multe despre campaniile noastre



Material realizat de:

Dr. Maria Marinescu, Medic oftalmolog

Prof. Univ. Dr. Cătălina Corbu, Medic oftalmolog, doctor în științe medicale