

العين من أكثر الأعضاء دقة وتحتاج الى الكثير من العناية لحمايتها من الأمراض والإصابات وخلال استضافتنا للدكتور رائد بهبهاني استشاري أمراض وجراحة وأعصاب وتجميل العيون للاجابة عن أسئلة القراء شدد على ضرورة حماية العين من المؤثرات الخارجية كالعُدوى والملوثات وغيرها، مشيراً الى ان العين تحتاج الى فيتامين A الموجود بكثرة في الخضراوات والفواكه وكذلك الى فيتامين B المهم جداً لأعصاب العين. وحذر د. بهبهاني من المنظفات ذات القلوية أو الحمضية المرتفعة التي تسبب تهيجاً للعين. وحول زراعة العدسات في العين أكد ان العدسات الحديثة تحمي من الأشعة الضارة ولا عمر محدد لها وقد تستمر لفترات طويلة وحول أعراض إصابات الشبكية، أوضح ان رؤية الفلاشات أو الأضواء الغريبة، أو النقط هي مؤشر على خلل في الشبكية يستوجب مراجعة الطبيب المختص، اما عند الأطفال فكثر الترميش تكون غالباً مؤشراً على وجود مشكلة في العين، أو عيب انكساري في النظر، وعن التهابات ملتحمة العين الشائعة أوضح ان أغلب هذه الالتهابات تحدث عادة عقب الإصابات بالانفلونزا أو الالتهابات الفيروسية، مشدداً على ضرورة تنظيف الجفون صباحاً وقبل النوم.

لقاء: زينب ابوسيدو

د. رائد بهبهاني لـ «الأنباء»: رؤية فلاشات أو أضواء



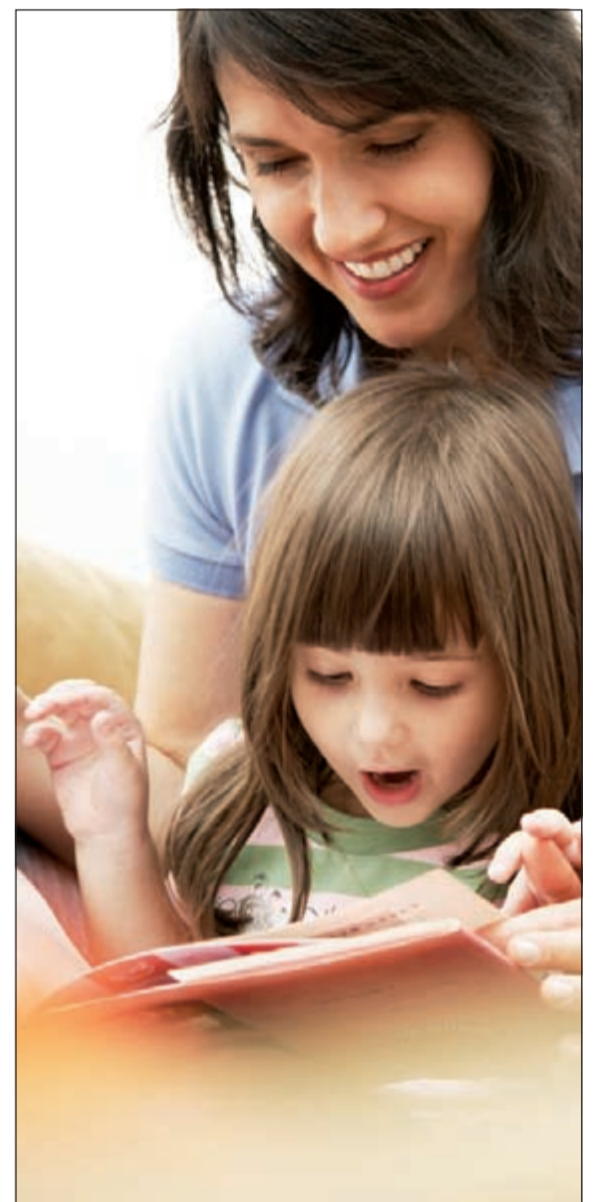
د. رائد بهبهاني استشاري أمراض وجراحة وأعصاب وتجميل العيون

أنصح من يجلس أمام الكمبيوتر فترات طويلة بأن يأخذ راحة كل ربع ساعة

تحتاج العين إلى فيتامين A.. وفيتامين B المهم لعصب العين



عملية الليزك لا تصلح لمن هو أقل من 18 عاماً لأن العين تتغير



أم محمد: ابني يعاني من الحول، وهو يراجع في المستشفى كل ستة أشهر ويريد ان يجري عملية ليزر للانحراف وعمره 19 عاماً؟
هل لديه كسل بالعين؟
نعم لديه كسل، فقد كانت تغطي عينه وهو بالروضة.
● يمكنه ان يجريها، ولكن اذا كان لديه كسل بالعين لا يستفيد منها كثيراً.

أخبره الدكتور بأنه يستطيع إجراء عملية الحول؟

● يفضل ان يجري عملية الحول أولاً، وبعدها يتضح ان كان محتاجاً لإجراء عملية الليزر ام لا.

المياه البيضاء

سارة: اجريت عملية المياه البيضاء في عيني اليسرى ونجحت ولكن العين اليمنى تعرضت لخطأ طبي فالدكتور ثقب العين بإبرة البنج قبل العملية، فحدث معي نزيف، ويبدو انه غير العدسة واكمل العملية.

واقفل العين وفي اليوم التالي وجدت ان عيني مازالت تنزف وظلت هكذا لمدة عشرة ايام، وكلما راجعته لم اجد رداً شافياً، وحياتياً يقول لي: سأجري لك سوناراً، وعندما يشتت ذهبت الى مركز البحر فحولوني الى الطوارئ، واجروا لي عملية دقيقة لمدة ثلاث ساعات؟

● هذا خطأ طبي والمفترض ألا يكمل الطبيب العملية بمجرد حدوث هذه المضاعفات، بل عليه ان يفحص قاع العين ثم يحولك الى اخصائي الشبكية لانه بهذه الطريقة وهي اجراء العملية وتكتملتها زاد الامر سوءاً.

غاز في العين

عندما اجريت العملية، وضع لي الطبيب غازاً بنسبة 5% وظلت حوالي شهرين ونصف الى ان نغد الغاز وعندما كانت تقل كمية الغاز بالعين كانت الرؤية واضحة وفضحة واصبح عندي ضغط في الصور فعندما اقفل عيني اليسرى ارى الصور

مضغوطة بالعين اليمنى؟
● لقد حدث لك انفصال بالشبكية.

علي إجراء عملية أخرى بعد فترة من الزمن؟
● احتمال ان يحدث تلف على الشبكية، فالعملية الثانية يمكنها تحسين ذلك.

هل يمكن ان تتعدل الرؤية مع الوقت وهل السبب في الغرز فقد لجأ الطبيب الى الغرز لان حالة عيني كانت سيئة جداً؟
● اذا كانت الغرز موجودة فتسبب انحرافاً ولكنها مع النظارة أو العدسات اللاصقة يمكن ان تتحسن اذا اجريت فحص نظارة.

لقد اجريت فحص نظارة ووضعت النظارة، ولكن لازالت الرؤية غير واضحة وعيني مظلمة؟
● مع الاسف كل هذه المضاعفات نتيجة العملية الاولى.

لمعة العدسة المزروعة
فلاح: اجريت عملية المياه البيضاء منذ عام ونصف وركبت العدسة ولكني لاحظت ان بها لعة، فهل العدسة لها عمر معين ام تظل دائمة؟

● العدسة دائمة والللمعة شيء عادي لانه يسبب انعكاساً للضوء من سطح العدسة، فهذا شيء طبيعي، ولا يدعو الى القلق، فمعظم الذين اجروا هذه العملية يلاحظون ذلك لان هذه العدسة مكونة من مادة تعكس الضوء فمتى اجريتها؟

في شهر ابريل من عام 2010؟

● العدسات الحديثة تحجب الاشعة الزرقاء لانها تسبب ضرراً للعين، لذلك وضعوا لك هذه العدسة وربما انت تقارن الوضع بما قبل العملية ويبدو انك لم تتعود الى الآن عليها، فهذه العدسة موجودة، وليس لها عمر معين ولكنها تختفي مع الوقت وهذه اعراض عادية.

فلاشات مفاجئة

ارى احياناً ان هناك فلاشات تظهر فجأة؟
● اذا رايت اي فلاشات او اضاءات، مع خيوط او نقط تتحرك فلا بد ان تراجع طبيب العيون لان ذلك ربما يكون مؤشراً على ان هناك مشكلة بالشبكية، اما نقياً او انفصلاً بها، لذلك يتم فحص قاع العين ويفضل فحصه مع توسعة البؤبؤ.

حركة سريعة في الجسم الزجاجي

نبيلة: ابني الصغير يعاني من سرعة بحركة العين الزجاجي بقاع العين في عينه اليسرى واخوه اصيب بانفصال بالشبكية في عينه اليمنى، وبعدها اجرينا له عملية انفصال بالشبكية اصبح يعاني من حول.

كم عمر ابنك؟ ومتى حدث معه الحول؟

● عمره 17 عاماً والحول حدث معه في عمر 16 عاماً.

هل سببه الحزام الذي وضعوه حول العين؟

● كلا فقد بدأ الحول لديه قبل وضع الحزام.

هل الحول خلقي؟

أم ناتج عن العملية التي اجراها بالشبكية؟

حدث الحول من العملية.

عند وضع حزام بالعين يصبح هناك تلف بالعضلات فيسبب الحول ويمكنه إجراء عملية الحول. هل يوجد حزام حول العين؟

نعم، يجب ان تتم استشارة دكتور الشبكية، بحيث ألا تؤثر عملية الحول على الحزام الموجود كما يمكن إجراء عملية لتصليح الزجاجي

الحول ما دام أنه ناتج عن عملية الشبكية.

ولكن طبيب الشبكية حولني إلى عيادة الحول وهناك أخبرونا أنه لا يمكن أن يعطونا نتيجة نهائية، أي في حالة إجراء العملية عدم عودة الحول مرة أخرى.

حتى في الحالات العادية لا توجد عملية مضمونة 100٪، دائماً تبلغ المرضى ان نسبة النجاح تكون من 80٪ إلى 90٪، ولكن من الوارد ان يحتاج المريض إلى أكثر من عملية وليس معنى ذلك عدم نجاح العملية.

أخوه الأصغر أيضاً تحت المراقبة وعمره عشر سنوات ولديه سرعة بحركة الجسم الزجاجي بقاع العين، ومعرض في المستقبل أن يحدث له انفصال بالشبكية.

● ما دام هناك ضعف أو عيب خلقي بالجسم الزجاجي فهو معرض لذلك ولكن يجب أن تنتهي لأعراض انفصال الشبكية التي ذكرناها من أضواء أو فلاشات بالعين، أو نقط سوداء أو خيوط متحركة تظهر فجأة، بالإضافة إلى أنه يحتاج إلى فحص دوري كل ستة أشهر إلى سنة، يجب أن يقوم بفحص قاع العين، مع توسعة البؤبؤ وأحياناً إذا كانت هناك ثقب في أطراف الشبكية يمكن معالجتها بالليزر استباقاً لعدم حدوث انفصال معه بالمستقبل.

هل هذا بسبب الوراثة؟

● هناك بعض الأمراض التي تسبب ضعفاً في أطراف الشبكية، قد تكون وراثية.

رفة العين

جاسم: لماذا يحدث لي رف سريع في عيني اليمنى، مع العلم أنني أعاني من قصر نظر وأرتدي النظارة، ولكن ليس باستمرار؟

● رفة العين من الأعراض الشائعة التي يشتمل منها الناس، وهي مجرد تقلصات بسيطة في عضلات الجفن تحدث لمدة ثوانٍ وتخفي وعادة لها علاقة بالضغط، أو شرب السوائل المحبوبة على كافيين كالقهوة، أو الشاي وكذلك التدخين، ولكنها أعراض ليس لها دلالة سيئة جداً وفي الحالات الشديدة التي تكون واضحة أو تسبب حرجاً للشخص يمكن أن نضع



د. رائد بهبهاني يحاور جريدة «الأنباء»

**ترميش العين
عند الأطفال مؤشر
على وجود مشكلة
أو عيب انكساري
في النظر**



**التهاب الملتحمة
يحدث بسبب عدوى
وعقب الإصابة
بالإنفلونزا أو التهاب
فيروسى**

**أطباء الشبكية
يحفنون العين أحيانا
ببعض المواد كالفازات
أو السوائل.. ما يسبب ارتفاعاً
في ضغط العين**

أو نقط مؤشر على وجود خلل في شبكية العين



**عملية تعيد حركة العين
بعد إصابة العصب الدماغي**



في سبق طبي مميز أجرى فريق من الاطباء في الكويت عملية جراحية ناجحة لمريض يعاني شللاً في العصب الدماغي الثالث ادى الى وجود حول في العين وتمكن فريق الاطباء في مستشفى البحر للعيون من ارجاع العين التي تعاني من الحول والضعف الشديد في حركتها الى وضعها الطبيعي وذلك بتثبيت صفيحة معدنية في العظمة الداخلية لمحجر العين والآن، تتم من خلالها ربط الخيوط التي سببت العيب في الوضع الطبيعي.

وأوضح الأطباء الكويتيون الذين اجرؤا العملية ومن ضمنهم د.راند يهيهاني ان هذا النوع من العمليات لا يجرى عادة الا في معهد «باسكوم بالمر» للعيون، في ميامي مؤكداً ان هذه العملية هي الاولى من نوعها في المنطقة.

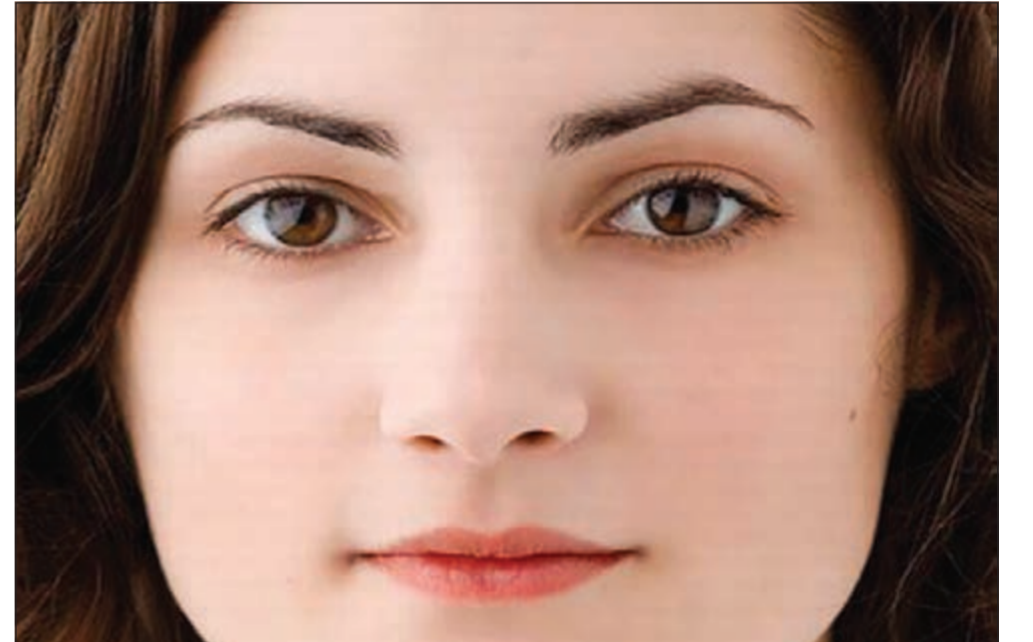
واستطاع المريض بعد العملية التخلص من ازدواجية الرؤية التي لازمتها سنوات طويلة، وان يمارس حياته بشكل طبيعي حيث انه كان قد أجرى في السابق عمليتين غير ناجحتين وقد استغرقت العملية ثلاث ساعات.



الصابون مواد حافظة تسبب حساسية بالعين



د.راند يفحص إحدى المريعات



العدسات المزروعة في العين تخفي مع الوقت

الذبابة الطائرة

هارون: هل هناك علاج أو طريقة تخفف من ظهور ما يسمى بالذبابة الطائرة في العين، علماً أنني عملت «ليزك» وتحسنت الرؤية في العين اليمنى أما اليسرى فالنظر فيها ضعيف، هذا غير الخفاف، خصوصاً بالعين اليسرى، وهي العين التي ظهرت فيها الذبابة وهي مسببة لي إزعاجاً كبيراً جداً؟

● تفسير ذلك هو جسم مكوّن ودخله جسم زجاجي، وكلما تقدم الإنسان في العمر يتكثف الجسم الزجاجي ويسبب كانه ماء، فيظهر فيه خيوط أو ظلال، وهذه هي الذبابة التي تتحرك مع حركة العين، وفي معظم الأحيان لا تضر منها، ويتعود عليها الإنسان، لكن المشكلة إذا زادت فقد يكون هناك انفصال بالشبكية، فإذا لاحظت ان هناك فلاشات أو أضواء سريعة أو نقاط سوداء تتحرك أو خيوط كثيرة فيجب عليك اجراء فحص لقاغ العين.

عمى الألوان

أسامة: هل توصل العلم لعلاج يشفي عمى الألوان؟

● إذا كان عمى الألوان خلقياً فقط، أي مع الولادة، يكون في الذكور أكثر من الإناث، ونسبته من 8٪ - 10٪ وهذا يعني ان له علاقة بالجين الذي ينقل من الأم التي تكون حاملة له إلى الذكر. أحياناً عمى الألوان يكون عرض لأمراض أخرى كأمراض العصب البصري أو أمراض الشبكية.

وهنا إذا كان من الولادة يختلف، وإذا حدث بعد ذلك يختلف فالمرضى يشكون من رؤية اللون باهتاً وقد يكون مؤشراً لمشكلة، أما الخلقى فليس له علاج حالياً، ولكن معظم الناس لا يعرفون وعندما نفحصهم نكتشف ذلك وهم يميزون اللون بناء على درجة اللون، إذا كان غامقاً، أو فاتحاً فدرجة الألوان تكون مختلفة.

أنا أعرف أن هناك لونان هما الأخضر والأحمر لا يفرقون بينهما فهل هذا صحيح؟

● نعم إذا كان عمى الألوان خلقياً أو وراثياً. أما إذا كان عن أمراض كأمراض الشبكية فيكون اللون الأزرق.

العين والصداع

علا: الصداع النصفي المزمّن هل يؤثر على شبكية العين مستقبلاً بالنسبة للمصابين به؟

● الصداع النصفي المزمّن يسبب اضطرابات بصرية، وقبل حدوثه يرى الإنسان أضواء أو فلاشات، أو أشكالاً هندسية وهذا يسمى «هالة» تكون مقدمات للصداع النصفي، وتستمر من عشر إلى عشرين دقيقة، بعدها يبدأ الصداع النصفي الذي يستمر إلى ساعة أو ساعتين إلى ست ساعات، ويعتقد بعض المرضى أنها مشكلة بالعين، لوجود زغلة ورؤيتهم أشكال غريبة ولكنها مشكلة عصبية ليس لها علاقة بشفكية العين مع العلم ان أعراض انفصام الشبكية تعطي نفس العوارض من فلاشات وخطوط مع عدم مصاحبته لصداع وتمتد لفترة بسيطة لا تطول كالصداع النصفي.

«عادة»، وأحياناً تكون مؤشراً على وجود مشكلة في العين، علماً أنني عملت «ليزك» وتحسنت الرؤية في العين اليمنى أما اليسرى فالنظر فيها ضعيف، هذا غير الخفاف، خصوصاً بالعين اليسرى، وهي العين التي ظهرت فيها الذبابة وهي مسببة لي إزعاجاً كبيراً جداً؟

● تفسير ذلك هو جسم مكوّن ودخله جسم زجاجي، وكلما تقدم الإنسان في العمر يتكثف الجسم الزجاجي ويسبب كانه ماء، فيظهر فيه خيوط أو ظلال، وهذه هي الذبابة التي تتحرك مع حركة العين، وفي معظم الأحيان لا تضر منها، ويتعود عليها الإنسان، لكن المشكلة إذا زادت فقد يكون هناك انفصال بالشبكية، فإذا لاحظت ان هناك فلاشات أو أضواء سريعة أو نقاط سوداء تتحرك أو خيوط كثيرة فيجب عليك اجراء فحص لقاغ العين.

التهاب الملتحمة

عزة: أعاني من احمرار في العين مع حكة شديدة مع إفراز سائل أصفر حول الجفون فهل يوجد علاج ناجح؟

● ربما يكون لديك التهاب ملتحمه فإذا حدث سريعاً خلال يوم أو يومين يكون التهاب ملتحمه فيروسى أو بكتيري وإذا كان مزمناً فهو غالباً «التهاب الجفون المزمّن» وهو وجود طبقة قشرية على الجفون وأعراضه احتقان بالعين واحتقان على جفن العين، وعلاجه يختلف حسب السبب فمعظم حالات التهاب الملتحمة تكون نتيجة العدوى من شخص إلى آخر، وعادة تكون بعد حدوث برد أو انفلونزا وزكام أو التهاب فيروسى، وتعالج بقطرات مرطبة، وأحياناً بقطرات الكورتيزون، ولتفتره قصيرة وتنتهي مع الوقت.

وإذا كان التهاباً بكتيريا فيجب أخذ مضادات حيوية وإذا كان التهاباً بالجفون فإنه يحتاج إلى عناية بالجفون، أي تنظيفها يومياً، واستخدام مراهم المضاد الحيوي مع الكورتيزون إلى فترة محدودة وأحياناً نضطر إلى إعطاء مضادات حيوية لمن لديهم التهاب مزمّن للجفون ولكن عملية تنظيف الجفون للإنسان العادية، خاصة في الصباح عند الاستيقاظ وقبل النوم.

الشبكية والسكر

نايف: يعاني والدي من مرض السكر، وأخبروه ان هناك دواء مركز العين فما قولك؟

● والدك لديه اعتلال بالشبكية المصاحب للسكر، ويمكن حدوث نزيف أو تكون شعيرات دموية جديدة ما يسبب نزيفاً بالعين وهذا يحتاج إلى الحقن بالأدوية ليخف النزيف وتخف الشعيرات الدموية الجديدة، ومع الحقن يحتاج ليزر للشبكية، وربما يتطلب الأمر علاجاً جراحياً لإزالة النزيف الداخلي الذي أصاب العين.

المصاب بأي مرض لتقوية النظر لديه؟

● تحتاج العين إلى فيتامين A وهو متوافر في الخضراوات والفواكه، وكذلك فيتامين B مهم لعصب العين وعموماً لا يحتاج الإنسان إلى أغذية معينة إذا كان غذائه متوازناً، ولكن كبار السن قد يصابون بمرض بالشبكية اسمه ضمور الشبكية المصاحب لتقدم السن فبعض أنواع الفيتامينات والمكملات قد تكون مفيدة لهم في عدم تطور المرض.

عملية الليزك

فايزة: هل يمكن أن أجرى عملية ليزك لابنتي ذات الأحد عشر عاماً، لديها قصر 14 درجة ونصف مع استجماتيزم 4 درجات، وهي ترتدي نظارات مع العلم ان نظرها ضعيف.

● عملية الليزك لا تصلح لأقل من 18 عاماً لأن العين في هذه الأثناء تتغير فيمكن أن تكبر وقصر النظر أو طول النظر يزداد، وابتك لديها قصر نظر حاد، لذلك لا تصلح لها هذه العملية بالإضافة إلى سنها الصغيرة.

حرقة الصابون

عندما يغسل الشخص وجهه بالصابون ويشعر بحرقة في العين فهل ذلك سيضره مستقبلاً؟

● إذا دخل صابون فإنه يسبب حساسية وتهيجاً بالعين وهذا نوع من الحساسية لأن الصابون مواد حافظة ومواد صناعية، وبعض أنواع المنظفات تكون محوشتها أو قلويتها زائدة فتسبب حرقاً

عيب انكساري، أو قصر نظر أو طول نظر ما يسبب هذه الآلام.

المسافة بين العين والشاشة

محمد: قرأت رأياً للدكتور يقول ان من يستعمل الكمبيوتر كثيراً وليس عنده نافذة يطل منها، عليه أن يغير خلفية الشاشة ويضع صورة طبيعية لجبال مثلاً، أو مناظر توحى بالبعد فهل ذلك يساعد على راحة العين؟

● يجب أن تكون المسافة بعيدة وإذا كان تغيير الشاشة يعطي احساساً بالبعد، فهذا شيء خيالي لأن العين ستتكيف مع الشيء على انه قصير وليس بعيداً فيجب أن تكون الشاشة كبيرة.

لقد قرأت ان احد تمارين العين هو تحريكها يميناً ويسيراً أكثر من مرة وأعلى وأسفل، لكي يتوزع ماء العين فهل هذا صحيح علمياً؟

● يجب ان يكون هناك دليل أو دراسة علمية على ذلك.

العين والفيتامينات

ما الأغذية التي يستفيد منها الإنسان العادي غير عاطف: أنا أعمل «محاسب» وأجلس أمام الحاسوب عشر ساعات، وفي المساء أكون أمام التلفاز أو أمام الحاسوب في ساعة متأخرة من الليل، وذلك منذ أربع سنوات فهل هذا سيسبب لي مرضاً أو عمى وهل يجب أن أضع نظارة، علماً أنني لا أشعر بضعف في النظر؟

● خلق الله العين لكي نستخدمها ولكن هناك أشخاصاً مدمنين على استخدام الكمبيوتر، والموبايلات والإيفونات والبلاك بيري وغيره وهؤلاء يشعرون بشد حول منطقة العين وآلام، لأن أعينهم مكيفة على أن ترى الأشياء عن قرب وهذا يجهد العين فيسبب جفافاً وإجهاداً وآلاماً، وأحياناً صداعاً فأنصح من يتطلب عمله الجلوس أمام الكمبيوتر فترات طويلة أن يأخذ وقتاً للراحة، ويحاول الابتعاد عن الجهاز كل ربع ساعة كان يقف أمام الشباك مثلاً، أو يستخدم القطرات المرطبة، وإذا كان من الصعب عليه مغادرة مكانه فعليه ارتداء نظارات خاصة بمستخدمي أجهزة الكمبيوتر ويتطلب الأمر إجراء فحص العين لربما كان لديك



استخدام الكمبيوتر فترات طويلة يسبب جفافاً للعين