الأنباء
الثلاثاء 7 يوليو 2015

z.abosido@alanba.com.kw

د.طارق نهاد
اخصائي طب وجراحة العيون
(محمد خلوصي)

حوار: زينب أبو سيدو

د.طارق نهاد لـ «الأنباء»: استخدام «الإنترنت» لفترات طويلة يسبب جفاف العين.. وانتفاخ الجفن العلوي مؤشر على زيادة الأملاح

عين الإنسان نافذته للتعرف على العالم الخارجي، واختلال وظيفة العين أو فقدان البصر يؤثران بشكل كبير في نشاطات الإنسان، بل غالبا ما يشكلان انقلابا كبيرا في حياته. والعين عضو دقيق وحساس ومعقد إلى حد كبير، وتحتاج الى العناية الدائمة والمسارعة في علاج أي خلل قد يصيبها. وخلال لقائنا مع اخصائي طب وجراحة العيون في مستشفى الراشد د.طارق نهاد، أكد على أهمية العناية بالعينين خصوصا لمن يتطلب عملهم الجلوس طويلا أمام الكمبيوتر، موضحا ان التحديق المستمر في شاشة الكمبيوتر يسبب جفافا للعين لأنه يمنع الترميش المنتظم المسؤول عن ترطيب العين. وحول ما يعرف بالذبابة الطائرة، أوضح ان تناول الڤيتامينات والعناصر الغذائية التكميلية ومضادات الأكسدة يخفف من ظهورها، ونصح بالنوم الكافي وعدم السهر، مشيرا الى ان الاجهاد وعدم تنظيم النوم من أسباب الهالات السوداء حول العينين، موضحا انه يعالج بكريمات موضعية خاصة. وحول ارتخاء الجفن، أكد انه يمكن إجراء عملية رفع الجفن دون إحداث فرق ملحوظ، مشيرا الى ان هذه العمليات تكثر عادة بين صغار السن وليس كبار السن، كما تناول اللقاء الكثير من التفاصيل المتعلقة بأمراض العين وسبل الوقاية منها، فإلى التفاصيل:

ما أفضل قطرة لالتهاب ملتحمة العين؟

● **الكورتيزون لالتهاب ملتحمة العين وهناك مضاد الالتهاب غير الكورتيزون، ولكنه ضعيف فالكورتيزون يعطي نتيجة أفضل، أما مضاد الالتهاب فنستعمله عند ارتفاع ضغط العين لمنع استخدام الكورتيزون لضغط العين.**

ما العلاج الدقيق لالتهاب عضلات العين الشديد الناتج من حقن مادة البوتوكس الرديئة المنشأ والنوعية؟

● **أي التهاب للعين نستعمل فيه الكورتيزون فهو أقوى مضاد للالتهاب، ويمكن استعماله موضعيا، أو عن طريق الفم، أو الحقن إذا كان الالتهاب شديدا في عضلات العين، وربما كان الالتهاب بسبب مرض عضوي يشمل أكثر من جهاز في الجسم تسمى أمراض المناعة الذاتية.**

هل تنصح باستخدام عدسات لاصقة لمن لديه قصر نظر؟

● **قصر النظر له أكثر من طريقة علاج فإما باستخدام النظارة أو استخدام العدسات اللاصقة أو تصحيح قصر نظر جراحي والتصحيح الجراحي له أكثر من طريقة فأما أن نجري التصحيح بالليزر، وهو الليزك إذا كان يصلح للمريض بالنظر إلى مقاسات القرنية من ناحية سمكها وكمية ضعف النظر لديه إذا كان يفيد أن نصلح له بالليزر.**

وإذا كان لديه قصر نظر عال ولا يفيد إجراء ليزر للمريض نتجه إلى زرع حلقات في القرنية وإذا لم يفد أو كان قصر النظر عالي جدا، لأن زرع الحلقات يصلح كمية صغيرة، أي يجب ألا يكون ضعف النظر عالي جدا وإذا كان عاليا لا يصح أن نجري ليزر أو زرع حلقات، وآخر ما نلجأ إليه هو استئصال العدسة الداخلية للعين ونزرع عدسة أخرى مناسبة لمقياس النظر وهذا هو علاج قصر النظر.

أقوى مضاد لالتهاب عضلات العين هو الكورتيزون ويستعمل موضعياً أو عن طريق الفم أو الحقن

أسباب الرؤية الضبابية عادة هي ضغط العين أو المياه البيضاء أو إجراء عملية الليزك

خلل الشبكية سببه تلف تدريجي في الخلايا العصبية المستقبلة للضوء ومن أعراضه صعوبة الرؤية في الضوء الخافت واضمحلال الرؤية الجانبية

أسباب الهالات السوداء ضعف نظر غير مصحح أو إجهاد وسهر لفترات طويلة أو أنيميا.. وعلاجها مراهم وكريمات موضعية

الرؤية الضبابية

ما أسباب الرؤية الضبابية ليلا مع وجود دوائر ملونة حول المصابيح؟

● **أولا ربما يكون هناك ارتفاع في ضغط العين يسبب وجود ماء في القرنية، فتجعل انعكاس الأشعة الداخلة إلى العين غير صحيح، ولكن هذا يراه المريض في الليل والنهار، وليس فقط في الليل.**

ثانيا: وجود مياه بيضاء داخل العين وهي عبارة عن عتامة في عدسة العين، وهذه تؤثر على انكسار الأشعة الضوئية الداخلة إلى العين.

ثالثا: بالنسبة للمرضى الذين أجروا عملية ليزك، تزيد معهم أكثر ليلا لأنه بالليل تتسع حدقة العين، وعندما تتسع يدخل الضوء في العين، في الجزء غير المصحح بالليزر فيسبب هذه الرؤية الضبابية.

هل ضعف النظر بعد عملية تلحيم الشبكية بالليزر أمر عادي؟ وهل يزول فيما بعد؟

● **تلحيم الشبكية له أسباب كثيرة منها قطع طرفي في الشبكية ربما لا يؤثر على النظر نهائيا، إذا كان القطع مساحته كبيرة، وسببا في انفصال جزء من الشبكية، فبعد التلحيم يكون النظر ضعيفا لفترة وهو أمر عادي، ربما يحدث تحسن، ولكن بنسبة بسيطة، فبعد تلحيم الشبكية يكون هناك نسبة من ضعف في النظر ولكن لا يتحسن كثيرا.**

انتفاخ الجفن العلوي

ما سبب الانتفاخ الدائم للجفن العلوي، خاصة بعد فترة النوم؟

● **هذا أمر فسيولوجي طبيعي ونسبته بسيطة، بينما عندما يكون الانتفاخ مرضيا يكون سببه نوع من أنواع الحساسية أو زيادة الأملاح في الجسم.**

ما طرق معالجة كسل العين؟ وهل لها سن معينة؟

● **كسل العين معناه ان هناك عينا أقوى من الأخرى، أي إن هناك عينا لا يستجيب لها المخ، بنفس كفاءة العين الأخرى والمفروض أن كسل العين لا يكون به مشكلة عضوية أي عندما نفحص العين لا نجد مشكلة في القرنية أو العدسة أو الشبكية وعند قياس النظر للمريض نجد أنه لا يرى جيدا في إحدى العينين والأخرى جيدة.**

فهناك فرق بين العينين في قوة الإبصار، وفي هذه الحالة يكون هناك كسل في العين، وسببه أن المخ المفروض أن يأخذ صورة من العين اليمنى وصورة من العين اليسرى ويطابقهما معا بصورة واحدة، وهذه نسميها الرؤية المفردة بمعنى أن يرى الشخص بعينيه الاثنتين صورة واحدة، وهذا هو الكسل.

وعلاجه يكون قبل بلوغ خمس سنوات، بعلاج طبيعي وهو تمرينات لتغطية العين السليمة لتنشيط العين الضعيفة بجرعة معينة بكمية معينة، فمثلا التغطية تكون ساعتين لمدة أسبوع أو ثماني ساعات لمدة أسبوع وهكذا.

وتتوقف الجرعة على سن المريض، فكلما زاد عدد ساعات التغطية عندما يكون صغيرا في السن، نقلل الجرعة وعندما تكون نسبة الكسل كبيرة نزيد من جرعة التغطية وعندما تكون نسبة الكسل بسيطة نجعل التغطية بسيطة فالجرعة تتوقف على السن وعلى كمية الكسل الموجودة.

وهذا يكون قبل بلوغ الطفل ست سنوات وبعد هذه السن يكون العلاج الطبيعي هو العلاج الوحيد لكسل العين، وتكون نسبة التحسن ضعيفة إلى سن عشر سنوات، إنما أفضل سن قبل بلوغ الست سنوات لأنه يعطي أفضل نتيجة لعلاج الكسل لأن مراكز الإبصار في المخ يكون نموها اكتمل عند الست سنوات، وبعدها لا نستطيع أن نغير شيئا.

الغدة الدرقية.. والعين

ما أسباب التهاب الصلبة وكيف تتم معالجتها؟

● **العين لها ثلاث طبقات، والصلبة هي بياض العين وهي الطبقة الخارجية لها، التهابها قليل ونادر، ولا يحدث كثيرا وما يحدث هو التهاب ما فوق الصلبة وليست الصلبة نفسها أسبابها أمراض المناعة الذاتية، ومن ضمنها الغدة الدرقية التي يؤثر نشاطها على العين مؤديا الى جحوظها ويؤثر على حركة الجفون.**

بالنسبة للعلاج: عندما تكون نسبتها خفيفة تعالج بمضادات الالتهاب غير الكورتيزون، وعندما تكون النسبة قوية أي ان الالتهاب حاد وشديد يأخذ المريض كورتيزون.

ما العلاج للهالات السوداء حول العين؟ وما أسبابها؟

● **الهالات السوداء ربما يكون سببها ضعف نظر غير مصحح، أو إجهاد وسهر لفترات طويلة، أو أنيميا وعلاجها مراهم وكريمات موضعية، وحقن من قبل اخصائي الجلدية.**

التهاب الشبكية

هل يوجد علاج لمرض التهاب الشبكية الصباغي؟

● **لا يوجد له علاج، ولكنه يكون مصاحبا بمياه بيضاء أو مياه زرقاء ونحن عندما نعالج المياه البيضاء، تتحسن الرؤية وغالبا يكون سببه وراثيا من الجينات لذلك ننصح المرضى بعدم الزواج من الأقارب، لنقلل من المرض، ونحمي الأطفال القادمين من عدم الرؤية.**

ما هو علاج العينين نتيجة استخدام النت لفترات طويلة؟

● **استخدام النت لفترات طويلة يسبب جفافا للعين لأن تركيزها على المشاهدة أو القراءة يجعل العين ترمش من 15 إلى 20 مرة في الدقيقة، وهذا الترميش يرطب العين، ويجعل الدموع تتحرك في اتجاه معين، من الغدة التي تفرز الدموع لاتجاه القناة الدمعية التي تتصرف في الدموع، فهي التي تحركها وتوزعها على القرنية.**

وهذا هو الطبيعي، وبالتالي لا يحدث جفاف، اذا كان إفراز الغدة الدمعية صحيحا وسليما ولكن مع التركيز امام النت يجعل العين لا ترمش نهائيا فيحدث الجفاف.

وهذا الجفاف يسبب مشاكل كثيرة من شعور بحرقان في العين واحمرار والتهاب وحرقة في القرنية.

والعلاج يكون بالوقاية من الجفاف حتى لا نصل الى هذه المرحلة وهو استخدام قطرات مرطبة للعين وهي الدموع الصناعية أو استخدام جل اذا كان الجفاف بنسبة عالية.

رقة الجفن

هل يوجد علاج لرقة الجفن؟

● **رقة الجفن لا يوجد لها علاج متخصص ولكنها قد تكون ناتجة عن ضغط نفسي أو ارهاق أو تفكير، وننصح المرضى بألا يفكروا بها ولا يتابعونها عادة ويمكننا ان نعطيهم ما يساعد على إزالة احتقان الأوعية الدموية للعين ونعطيهم قطرة مرطبة وهي نفس قطرة الجفاف.**

كيف يمكن العناية بالعين للنساء اللاتي يعانين من مرض السكر أثناء الحمل؟

● **مرض السكر وأثره على العين ليس له علاقة بالحمل أو غيره فأي شخص لديه سكر وله تأثير على العين يجب اجراء فحص دوري كل ستة أشهر، وإجراء فحص للشبكية اذا كان بها ارتشاحات.**

فالسكر عبارة عن ارتشاحات في الشبكية ونزيف بها ويتسبب في وجود شرايين جديدة ضعيفة تسبب نزيفا كبيرا داخل العين يمنع الرؤية، وأخيرا يسبب تلفا في الشبكية وانفصالا شبكيا يمنع الرؤية نهائيا وهذا ما يفعله السكر في العين. ولتجنب هذه الدورة كلها يجب إجراء أشعة بالصبغة في البداية وبعدها إجراء أرجل ليزر على الشبكية ليحميها اذا تم اجراء الليزر باكرا، وفي الحالات المتأخرة نجري ليزر وحقنا للجسم الزجاجي داخل العين بمادة تمنع الشرايين المتجددة من التسبب في النزيف والانفصال الشبكي، والأغشية التي تكون على الشبكية.

هذه الأغشية عبارة عن شرايين ضعيفة مع أنسجة متليفة فتنقبض هذه الأغشية وتضغط على الشبكية فتفصلها وتسبب انفصالا شبكيا وعلاجه الجراحة.

فما يهمنا مدة السكر وليس كميته فمريض السكر منذ عشر سنوات يؤثر مرضه على العين بطول المدة فانتظام السكر ليس له علاقة بما يحدث في الشبكية، إنما طول المدة.

الجلوكوما

هل من الممكن أخذ قطرات العين لعلاج ارتفاع ضغط العين «الجلوكوما» اثناء الحمل؟

● **بالطبع واذا لم تعط القطرات نتيجة، نلجأ الى العلاج بالليزر، واذا لم تعط ايضا نتيجة نلجأ الى الجراحة.**

يجب عدم اهمال ارتفاع ضغط العين لفترة طويلة لأنها تؤدي الى اختناق الألياف العصبية لعصب العين وموتها، فلا تتجدد الألياف لأن العصب البصري يحتوي على مليون ومائتي ألف ليفة عصبية فإذا ارتفع الضغط يميت الألياف العصبية، وبموتها يحدث ضمور كامل في العصب البصري، وتنتهي الرؤية بها.

فضغط العين من الأمور المهمة التي يجب ان تنضبط، ولا يترك الضغط عاليا فترة طويلة حتى مع الحمل ومع تسمم الحمل الذي يؤدي الى انفصال شبكي فيحدث اجهاض ونتخلص من الحمل حفاظا على العين.

هل من الممكن اجراء عملية الليزك اثناء الحمل؟

● **يفضل ان تجرى عملية الليزك بعد الحمل فهي ليست حالة طارئة.**

الذبابة الطائرة

هل هناك علاج او طريقة تخفف على الاقل من ظهور ما يسمى الذبابة الطائرة في العين؟

● **هناك علاجات اعطيناها للمرضى واثمرت نتائج جيدة وهي الڤيتامينات المتعددة والعناصر الغذائية التكميلية التي تحتاجها العين كڤيتامين «أ» والزنك ومضادات الاكسدة، بينما لا يوجد علاج متخصص لها ولكن ننصح المريض بالا يفكر في الذبابة الطائرة ولا يتابعها ولا يركز عليها لأننا نفحص قاع العين، واذا وجدنا خللا بها كقطع او ضعف في الشبكية نجري له عملية ليزر وقد لا نجد شيئا في قاع العين.**

وقد تكون الذبابة الطائرة موجودة عند من لديه قصر نظر عال حتى بعد اجراء عملية الليزك وتصحيح النظر، يعود المريض يشكو من الذبابة لأن الجسم الزجاجي داخل العين يكون به نسبة سيولة عالية، فالمفروض ان يكون لزجا ونسبة السيولة العالية تجعله يتحرك وحركته هذه يكون بها شوائب، فالمريض يراها كالذبابة تتحرك امام العين ويمكن له استشارة الطبيب بشكل طارئ اذا رأى معها ومضات اضاءة كهربائية كالفلاش او شرارة او نور، ففي هذه الحالة يجب ان يجري فحصا للعين سريعا لأن ذلك انذارا بأن هناك مشكلة بالشبكية، يجب ان تعالج بسرعة.

ارتخاء الجفن

هل يمكن اجراء عملية ارتخاء الجفن للعينين دون احداث فرق ملحوظ؟

● **ارتخاء الجفن هو التهاب يصيب الجفن، والذي يتميز بوجود مياه في الجفن، والتي تكون نتيجة تمدد وبالتالي ارتخاء انسجة الجفن ويصيب هذا الالتهاب الجفن الاعلى ويمكن ان يحدث في الطرفين او طرف واحد ويكون نتيجة انتفاخ الجفن المتكرر وكل انتفاخة قد تستمر الى ايام وهو مرض لا يعرف سببه في اغلب الحالات، ارتخاء الجفن يكون اكثر انتشارا بين صغار السن وليس كبار السن.**

العلاج الجراحي للجفن قد يكون ضروريا، ولا يوجد فرق ملحوظ بعد اجراء العملية.

ما الشبكية وما اعراضها؟

● **الشبكية هي الطبقة الدقيقة الحساسة التي تبطن العين من الداخل وهي مسؤولة عن استقبال الاشعة الضوئية وارسالها الى المراكز البصرية في الدماغ.**

ان اعراض الشبكية الصبغية هي مجموعة من الامراض التي تصيب الشبكية، فتشترك في خاصية واحدة وهي اختلال في توزيع الصبغة الموجودة في طبقة الشبكية وخلل في تكوين خلايا الشبكية العصبية.

وعند حدوث احد هذه الاعراض يحصل تلف تدريجي في الخلايا العصبية المستقبلة للضوء كما يحدث نتيجة ذلك تجمع غير طبيعي للصبغة في بعض مناطق الشبكية، وتعتبر هذه الامراض وراثية، حيث انها قد تنتقل من احد الابوين الى الابناء في العائلة.

أعراض الشبكية

عادة ما تكون الاعراض في سن مبكرة عند المراهقين او الشباب، ولكن من الممكن ان تلاحظ الاعراض في اي سن أخرى، واول هذه الاعراض صعوبة في الرؤية في الضوء الخافت وخصوصا في الليل او ما يسمى بالعشى الليلي واختفاء تدريجي للرؤية الجانبية. ويتم التأقلم على الرؤية في الظلام عند الاشخاص العاديين بسهولة وخلال وقت قصير، لكن هذا التأقلم يستغرق مدة اطول عند الاشخاص الذين يعانون من العشى الليلي نتيجة هذا المرض.

اما تدهور الرؤية الجانبية فإنه يشكل لهم اعاقة بصرية كبيرة، ما يسبب لهم صعوبة في الحركة، وقد يصل ضيق المجال البصري الى درجة ان يشعر المصاب وكأنه ينظر من خلال انبوب ضيق وتختفي الرؤية الجانبية.

الزميلة زينب أبوسيدو تحاور د.طارق نهاد