

TLAČOVÁ SPRÁVA

13. november – Medzinárodný deň nevidiacich

Až 6 z 10 Slovákov nepozná ochorenia sietnice – tie sú pritom najčastejšou príčinou straty zraku

Bratislava, 11. november 2022 – Povedomie verejnosti o príčinách trvalej straty zraku je na Slovensku veľmi nízke. Takmer 60 % obyvateľov nevie o ochorení sietnice – vekom podmienenej degenerácii makuly, pri ktorej rozlišujeme dve základné formy – suchú a vlhkú formu. Vlhká forma je nebezpečnejšia a môže v niektorých prípadoch prebiehať veľmi rýchlo s rýchlym zhoršovaním videnia. Je najčastejším faktorom vzniku praktickej slepoty u ľudí starších ako 60 rokov. Viac ako polovica Slovákov do 49 rokov nechodí na preventívne očné vyšetrenia, ktoré dokážu vznik tohto ochorenia diagnostikovať v začiatkových štádiách. A takmer 40 % opýtaných si myslí, že by sa so stratou zraku naučilo žiť. Vyplýva to z prieskumu agentúry AKO, ktorého výsledky boli zverejnené pri príležitosti tohtoročného Medzinárodného dňa nevidiacich.

„Spomedzi pacientov, u ktorých dochádza k trvalému poklesu zrakovej ostrosti a praktickej slepote, tvoria pacienti s vekom podmienenou degeneráciou makuly až 45 %, pričom u ľudí nad 60 rokov je toto ochorenie najčastejšou príčinou straty zrakovej ostrosti. Mnoho ľudí s týmto ochorením, pri ktorom zohráva hlavnú úlohu vek, nerozpozná prvotné príznaky ochorenia a často si ich mýlia s príznakmi starnutia. V našej praxi sa často stretávame s pacientmi, ktorí prídu na vyšetrenie neskoro, s pokročilými štádiami ochorenia. V týchto prípadoch má už sietnicový špecialista zviazané ruky – nedokáže tak účinne zasiahnuť do priebehu ochorenia. S modernou liečbou sa nám darí zlepšovať a zachovať zrakovú ostrosť až u 90 % pacientov. Podmienkou je však, aby sa liečba začala včas, kým ešte nedochádza k nezvratným zmenám na sietnici,“ približuje doc. MUDr. Jana Štefaničková, PhD. z Kliniky oftalmológie LFUK a UNB, nemocnice Ružinov.

Vekom podmienená degenerácia makuly (VPDM) je ochorenie, ktoré postihuje centrálnu oblasť sietnice oka, nazývanú makula, miesto najostrejšieho videnia. Hrá kľúčovú úlohu pri zabezpečovaní ostrého videnia – teda našej schopnosti vidieť detaily ostro, napríklad čítať. Keď dôjde k poškodeniu buniek oka v makule a jej okolí, človek začína mať zhoršené videnie, čo môže vyústiť až do praktickej slepoty s centrálnym výpadom vo videní, kedy pacient v centre svojho zorného poľa vidí čierny flák.

Niektorou z foriem VPDM trpí celosvetovo približne 200 miliónov ľudí – na Slovensku sa tento problém týka takmer 150-tisíc obyvateľov, predovšetkým seniorov. Vzhľadom na rast a starnutie populácie odborníci očakávajú, že v nasledujúcich rokoch bude pacientov prichádzajúcich o zrak z tejto príčiny výrazne pribúdať.

Slováci nepoznajú riziká, ktoré spôsobujú slepotu

Na otázku, či existujú ochorenia sietnice oka, dokáže odpovedať kladne na základe svojich poznatkov len 42 % Slovákov. Ďalších 45 % ich existenciu len logicky predpokladá, pritom však nevie, o aké ochorenia ide. Zvyšná časť populácie Slovenska sa k tejto téme vyjadriť nevie. Vyplýva to z reprezentatívneho prieskumu agentúry AKO, ktorý bol realizovaný v auguste tohto roka. Dokopy tak zrak ohrozujúce degeneratívne ochorenie nepozná až 6 z 10 Slovákov.

Rovnako alarmujúce je, že Slováci majú nízke povedomie o tom, aké príčiny vedú k strate zraku počas života. Každý siedmy Slováčik nevie na túto otázku vôbec odpovedať. Väčšina ľudí považuje za najčastejšiu príčinu oslepnutia sivý zákal – domnieva sa to až 40 % ľudí. Úrazom prisudzuje stratu zraku 20 % populácie. Necelé 2 % opýtaných považujú za hlavný dôvod vzniku slepoty cukrovku.

„Diabetici by mali vedieť, že je u nich vo všeobecnosti vyššie riziko vzniku závažných problémov so zrakom, pretože cukrovka môže spôsobiť degeneráciu makuly. Pravidelná kontrola očného pozadia je preto pre nich mimoriadne dôležitá a mali by sa na túto formu prevencie pýtať svojich ošetrojúcich lekárov. Spoluprácu medzi oftalmológmi a diabetológmi považujeme za kľúčovú pri záchyte nových prípadov ochorenia sietnice,“ uvádza MUDr. Blandína Lipková, PhD., oftalmologička z FNŠP v Žiline.

Takmer 40 % ľudí by sa so stratou zraku naučilo žiť

Čiastočná či úplná strata zraku predstavuje problém aj kvôli jej socio-ekonomickým dopadom. *„Človeku, ktorý príde o zrak, alebo u neho dochádza k jeho vážnemu obmedzeniu, sa v živote zmení absolútne všetko. Nemôže vykonávať svoju prácu, nevie sa orientovať aj v známom prostredí, nemôže si jednoducho prečítať správu v mobilnom telefóne, postarať sa o seba. Samozrejme, ovplyvní a zasiahne to celú rodinu i širšie okolie nevidiaceho, pretože sa všetci musia naučiť fungovať úplne iným spôsobom,“* vyjadruje sa Eliška Fričovská, PR manažérka Únie nevidiacich a slabozrakých Slovenska (ÚNSS), ktorej poslaním je pomáhať práve týmto klientom. Aj napriek skúsenostiam pacientov, ktorí prišli čiastočne či úplne o zrak, sa podľa augustového prieskumu až 39 % Slovákov domnieva, že by sa s prípadnou stratou videnia vedeli naučiť žiť.

„Naším cieľom je plnohodnotný život človeka so zrakovým postihnutím, a to sa týka aj pacientov s ochorením vekom podmienená degenerácia makuly. Spomedzi evidovaných klientov ÚNSS má túto diagnózu takmer 3200 ľudí, čo predstavuje zhruba tretinu všetkých klientov. Pomáhame im, aby sa dokázali vyrovnáť s novou životnou situáciou, učíme ich opäť uchopiť svoj život do rúk. Naučíme klientov využívať zvyšky svojho zraku, pomáhame s odstraňovaním bariér v domácnosti, napr. využívaním kontrastných plôch. Taktiež realizujeme nácvik práce s PC a mobilom s hlasovým výstupom, príp. zväčšovacím programom, ako aj s ďalšími technickými pomôckami,“ vymenúva podporu pre klientov so zrakovým postihnutím Eliška Fričovská a dodáva: *„Nie vždy dokážeme zamedziť tomu, aby sme prišli o zrak. Avšak v mnohých prípadoch hrá kľúčovú úlohu prevencia, preto by sme si mali nájsť na ňu čas. A nemali by sme zabúdať najmä na seniorov v rodine, ktorí sú aj v tejto oblasti veľmi citlivou skupinou.“*

Prevencia je nedostatočná – pravidelná návšteva očného lekára však dokáže zabrániť oslepnutiu

Prieskum odhalil aj ďalší závažný fakt - viac ako 40 % obyvateľov Slovenska nechodí na preventívne prehliadky k očnému lekárovi. Vo vekovej kategórii do 49 rokov je to až takmer 55 %. Až 80 % z tých, ktorí tieto vyšetrenia zanedbávajú, prisudzuje dôvod subjektívnemu pocitu, že vidia dobre, alebo, že o tomto druhu prevencie doteraz nevedeli. Na otázku, či sa dá vďaka pravidelnej preventívnej návšteve očného lekára zabrániť oslepnutiu, však odpovedá až 7 z 10 ľudí kladne.

„Včasná podchytenie príznakov VPDM v kombinácii s nasadením efektívnej liečby dokáže spomaliť zhoršovanie sa zraku a v mnohých prípadoch ho aj zachrániť. Pravidelná návšteva očného lekára – aspoň raz ročne po 50. roku života, samokontrola pomocou tzv. Amslerovej mriežky a úprava životného štýlu zameraná na stráženie si svojej hmotnosti, obmedzenie fajčenia, a príjem vyváženej stravy dokáže toto riziko s pribúdajúcim vekom znížiť,“ uzatvára doc. MUDr. Jana Štefaničková, PhD.

V prípade záujmu o viac informácií, prosím, kontaktujte:

Tomáš Turčan, Grape PR, +421 944 598 222, tomas.turcan@grapepr.sk