

Υγρά φακών & Τεχνητά δάκρυα

- Τι είναι η ξηροφθαλμία

Η ξηροφθαλμία είναι η πάθηση του οφθαλμού όπου παράγονται λιγότερα δάκρυα από αυτά που χρειάζεται το μάτι για να διατηρηθεί σε μια υγρή κατάσταση. Τα δάκρυα παράγονται από τον δακρυϊκό αδένα και τους επικουρικούς αδένες. Οι επικουρικοί αδένες είναι εκείνοι που εκκρίνουν με σταθερό ρυθμό τα δάκρυα και υγραίνουν τον επιπεφυκότα του κερατοειδή. Ο δακρυϊκός αδένας παράγει δάκρυα σε μεγάλη ποσότητα μετά από ερεθισμό ή συναισθηματική φόρτιση (κλάμα).

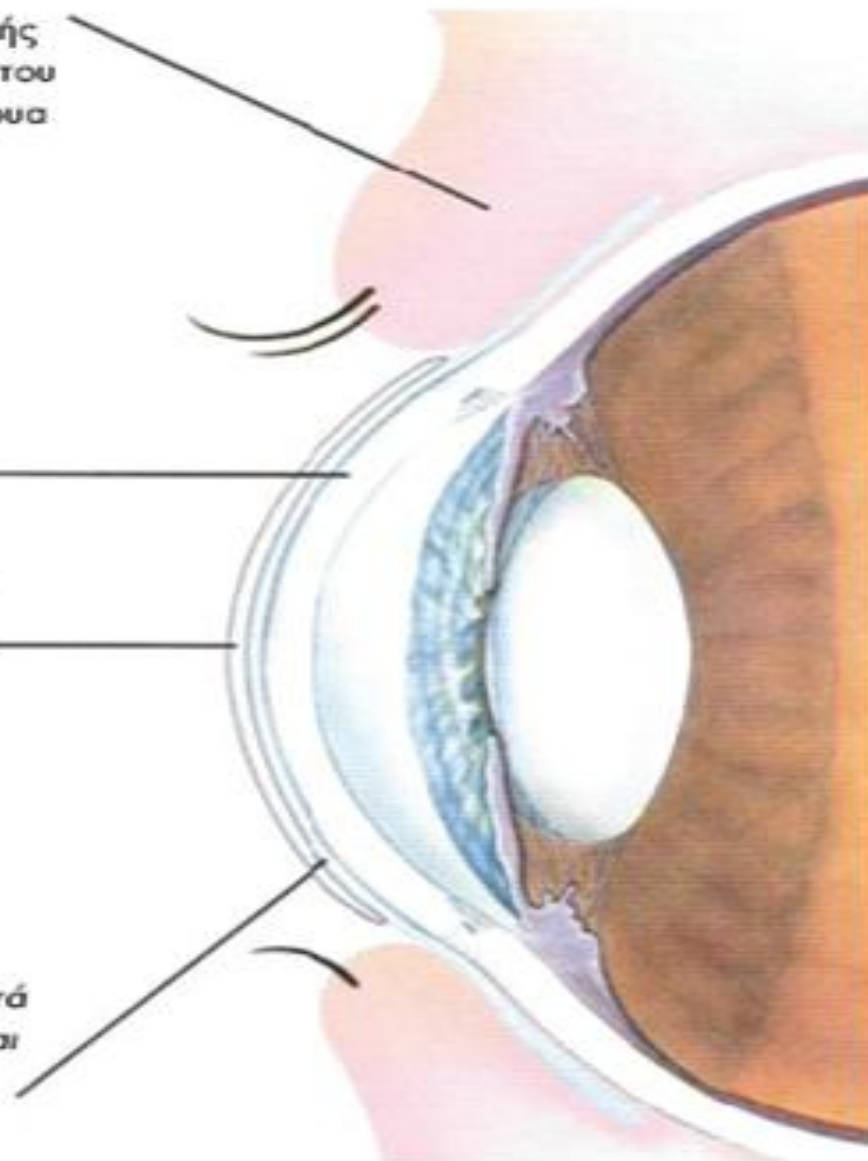
- Η στοιβάδα των δακρύων αποτελείται από το υδατώδη, την βλεννώδη και την λιποειδική. Η έλλειψη ενός εκ των στοιχείων δημιουργεί την ξηροφθαλμία. Σήμερα η ξηροφθαλμία είναι πολύ συχνή και ένας στους τέσσερις ασθενείς που έρχονται για εξέταση στο οφθαλμολογικό ιατρείο έχει συμπτώματα ξηροφθαλμίας. Υπολογίζεται ότι το 11% των ασθενών ηλικίας 30-60 και το 14% των άνω των 65ετών έχουν ξηροφθαλμία. Η ξηροφθαλμία θεωρείται σοβαρή διαταραχή αφού εκτός των ενοχλημάτων μπορεί να οδηγήσει σε μόνιμη βλάβη του κερατοειδούς και του επιπεφυκότα, επηρεάζοντας δυσμενώς την όραση.

Το βλέφαρο κρατά τον φακό επαφής στη θέση του στο πρόσθιο τμήμα του ματιού και μεταφέρει καθαρά δάκρυα με κάθε άνοιγμα και κλείσιμο.

Κερατοειδής

Ο φακός επαφής πλέει επάνω στο δακρυϊκό στρώμα. Εστιάζει το φως πριν αυτό εισέλθει στο μάτι για να βοηθήσει στη βελτίωση της όρασης.

Το δακρυϊκό στρώμα κρατά τον φακό στη θέση του και παρέχει οξυγόνο στον κερατοειδή.



- Ποίοι είναι οι συχνότεροι αιτιολογικοί παράγοντες της ξηροφθαλμίας

Η παραγωγή των δακρύων ελατώνεται με την πάροδο των ετών και κυρίως στις γυναίκες. Άλλοι παράγοντες είναι τα ρευματικά νοσήματα, ο διαβήτης, νόσος του θυρεοειδούς, δερματικά νοσήματα, διαταραχές του νευρικού συστήματος όπως μετά από εγκεφαλικό και ορμονικές διαταραχές κυρίως μετά την εμμηνόπαυση.

Ορισμένες κατηγορίες φαρμάκων όπως αγχολυτικά, υπνωτικά, αντισυλληπτικά ελαττώνουν την παραγωγή δακρύων. Περιβαλλοντική και κλιματολογική επίδραση όπως ξηρή ατμόσφαιρα, κεντρική θέρμανση, καυσαέρια και σκόνη συντελούν στην γρηγορότερη εξάτμιση των δακρύων. Τέλος, παθήσεις των βλεφάρων π.χ. εντρόπιο, εκτρόπιο, τριχίαση, δημιουργούν συμπτώματα ξηρού οφθαλμού λόγω της κακής διασποράς των δακρύων στον κερατοειδή και του επιπεφυκότα.

- **Υαλουρονικ ό οξύ τι είναι;**
- Το υαλουρονικό οξύ αποτελεί βασικό συστατικό του σώματός μας καθώς εντοπίζεται σε μεγάλες ποσότητες στους συνδετικούς ιστούς, στο δέρμα, στις αρθρώσεις καθώς και στο υαλώδες σώμα του οφθαλμού.
Είναι ιδιαίτερα υδρόφιλο, ιδιότητά που είναι πολύ σημαντική για τη διατήρηση της απαραίτητης υγρασίας του οργανισμού και την ενυδάτωση του.

- Με την πάροδο της ηλικίας η κυτταρική παραγωγή του υαλουρονικού οξέος μειώνεται. Η μείωση του υαλουρονικού οξέος αρχίζει συνήθως από την νεαρή ηλικία των 20 ετών, ενώ μετά τα 40 η πτώση γίνεται ιδιαίτερα αντιληπτή και έχει ως αποτέλεσμα την μείωση του όγκου και της ελαστικότητας του δέρματος και την εμφάνισή των ρυτίδων. Οι αρθρώσεις στα οστά μας χάνουν την ελαστικότητά τους.
- Στα μάτια τα συμπτώματα της έλλειψης υαλουρονικού οξέος εμφανίζονται με τη μορφή της κούρασης και της ξηροφθαλμίας, ερεθισμών όπως κόκκινα μάτια και εμφάνιση μικρών φλεβών στο λευκό του ματιού κ.α. Το αποτέλεσμα είναι αλλοίωση του χρώματος καθώς και άτονο, θαμπό βλέμμα. Η μείωση του υαλουρονικού οξέως είναι η αιτία της πρεσβυωπίας.

- Ποια είναι τα συμπτώματα της ξηροφθαλμίας

Τα συχνότερα συμπτώματα είναι :

- Το αίσθημα ξηρότητας
- Αίσθημα άμμου ή γενικά ξένου σώματος
- Αίσθημα καύσου
- Αυξημένη ευαισθησία στο φως και στους ρίπους όπως καπνός, σκόνη κτλ
- Κόπωση των ματιών
- Παραγωγή ινώδους βλέννης κυρίως τις πρωινές ώρες
- Έντονη δακρύρροια –λόγω του ερεθισμού του επιπεφυκότος όταν δεν υγραίνεται οδηγώντας σε ερέθισμα του δακρυϊκού αδένα και παραγωγή μεγάλης ποσότητας δακρύων.

- Πώς γίνεται η διάγνωση της ξηροφθαλμίας

- Η διάγνωση γίνεται κατά την οφθαλμολογική εξέταση. Με την χρήση ουσιών όπως η φλουροσεΐνη, το ερυθρό της Βεγγάλης και η Lissamine Green χρωματίζουν τα δάκρυα και εκτιμάται η ποσότητα αυτών. Επιπλέον χρωματίζουν τον κερατοειδή και τον επιπεφυκότα όταν υπάρχει βλάβη στο επιθήλιο (στικτή κερατίτιδα).

Η ποσότητα των δακρύων δύναται να μετρηθεί τοποθετώντας τεμάχιο ειδικού φίλτρου στην έσω πλευρά του κάτω βλεφάρου και μετρώντας την παραγωγή των δακρύων σε διάστημα 5 λεπτών. Η δοκιμασία αυτή λέγεται Shirmer test. Ύγρανση του φίλτρου λιγότερο από 1.5 χιλ. σε 5 λεπτά είναι ένδειξη της ελάττωσης των δακρύων. Συμπτώματα ξηροφθαλμίας μπορεί να έχουμε και με επαρκής δάκρυα εάν η ποιότητας του δεν είναι καλή. Μια δοκιμασία για τον έλεγχο αυτό είναι ο χρόνος διάσπασης της δακρυϊκής στοιβάδας πάνω στον κερατοειδή (Break up time). Εάν η παραγωγή ή η ποιότητα των δακρύων είναι παθολογική τότε χρειάζεται θεραπεία.

-

- **Πως αντιμετωπίζεται η ξηροφθαλμία**

Ο πιο σημαντικός παράγοντας στην θεραπεία είναι η σωστή διάγνωση και η αντιμετώπιση του αίτιου. Εάν η αιτία είναι συστηματική νόσος π.χ. ρευματοειδής αρθρίτιδα πρέπει να αντιμετωπιστεί παράλληλα με την τοπική θεραπεία στο μάτι. Εάν είναι φαρμακευτική θα πρέπει να διακοπεί το φάρμακο. Εάν είναι τοπικός παράγοντας στα βλέφαρα μπορεί να χρειαστεί χειρουργική αποκατάσταση π.χ. εντρόπιο, εκτρόπιο κλπ.

Η τοπική θεραπεία συνίσταται στην χρήση τεχνητών δακρύων τα οποία αντικαθιστούν εν μέρη την φυσιολογική παραγωγή. Σήμερα υπάρχουν πολλών ειδών τεχνητά δάκρυα από τα οποία μπορούμε να εκλέξουμε το κατάλληλο για κάθε ασθενή. Τα τεχνητά δάκρυα χωρίς συντηρητικά προτιμούνται λόγω του μη ερεθισμού του επιθηλίου.

- **Τεχνητά δάκρυα**
- Τα **Τεχνητά δάκρυα είναι**
- ισότονα ή υπότονα διαλύματα με έκδοχα που αυξάνουν την γλοιώδη και κολλώδη υφή των δακρύων και τα διατηρούν για περισσότερο χρόνο σε επαφή με τους ιστούς του ματιού (π.χ. polyvinyl alcohol, methylcellulose)
- είναι χρήσιμα για ξηροφθαλμία, ξηρά κερατοεπιπεφυκίτιδα και για την καλύτερη ανοχή των φακών επαφής
.Κυκλοφορούν σε μορφή κολλυρίων, gel και σε αμπούλες μιας χρήσης.
Υπάρχει σκεύασμα με προσθήκη βιταμίνης A (VIVA).

- **Ποιά η χρησιμότητα των τεχνητών δακρύων;**
- Τα τεχνητά δάκρυα, αποτελούν άμεση λύση στο πρόβλημα της ξηροφθαλμίας, χωρίς όμως να την θεραπεύουν.

- Η ξηροφθαλμία μπορεί να έχει ένα από τα παρακάτω αίτια ή να συνυπάρχουν,
 - α) Μη επαρκής παραγωγή δακρύων.
 - β) Μη συχνοί βλεφαρισμοί

- γ) Παραμονή σε περιβάλλον με μη ιδανικές συνθήκες, όπως για παράδειγμα τεχνητά θερμενόμενοι ή κλιματιζόμενοι χώροι.
- δ) Παραμονή σε περιβάλλον όπου υπάρχει σκόνη, καπνός, καυσαέρια κτλ.
- ε) Παραμονή η έκθεση για αρκετές ώρες μπροστά από συσκευές που εκπέμπουν ακτινοβολία, όπως είναι τα monitor (οθόνες) υπολογιστών, τηλεοράσεων κτλ

- **Απολύμανση των μαλακών φακών επαφής**
- Μετά από τον καθαρισμό των μαλακών φακών, θα πρέπει να τους απολυμάνετε. Υπάρχουν δύο τρόποι για να απολυμάνετε τους μαλακούς φακούς:
 1. Η θερμική απολύμανση
 2. Η χημική απολύμανση

. Θερμή απολύμανση

1

Η θερμική απολύμανση χρησιμοποιείται για υδρόφιλους μαλακούς φακούς επαφής και κυρίως για φακούς χαμηλής περιεκτικότητας σε νερό (κάτω από 40%). Οι φακοί υψηλής περιεκτικότητας σε νερό εμφανίζουν πρόωρη γήρανση στην επαναλαμβανόμενη θερμική απολύμανση. Η θερμοκρασία που χρησιμοποιείται για την αποστείρωση τους είναι 80 βαθμούς κελσίου και διαρκεί περίπου 20 λεπτά.

2.Χημική απολύμανση

- **2.Χημική απολύμανση**
- • Υπεροξειδίο υδρογόνου
- Είναι ένας αποτελεσματικός και ίσως ο ισχυρότερος καθαρισμός γενικότερα των μαλακών Φακών Επαφής με πάρα πολύ θετικά αποτελέσματα. Απαιτούνται 6 ώρες για να ολοκληρώσει τον κύκλο αποστείρωσης και εξουδετέρωσης αναγκαστική παραμονή στο διάλυμα. Μερικές φορές η εξουδετέρωση του υπεροξειδίου δεν είναι επαρκής και ενοχλεί με τσούξιμο τα περισσότερα ευαίσθητα μάτια. Έχει όμως άριστα αποτελέσματα βακτηριδιακής και μυκητιακής καταπολέμησης με ευρύ αντιμικροβιακό φάσμα. Υγρά τέτοιου είδους είναι τα OXYSEPT ,NOVASEPT ,EASYSEPT, TITMUS 1 + 2

- **•3. Πρωτεϊνικός καθαρισμός**

- Χρησιμοποιείται ένα διάλυμα που συνήθως ολοκληρώνει τη δράση του μετά από 4 ώρες παραμονής των φακών στο χημικό διάλυμα.
- Είναι αποτελεσματικός και λειτουργεί χωρίς τσούξιμο στα πιο ευαίσθητα μάτια. Λειτουργεί επίσης στο ξέβγαλμα και ως ενυδάτωση των φακών επαφής. Καλύπτει μεγάλο αντιβακτηριακό και αντιμικροβιακό φάσμα και σε συνδυασμό με ταμπλέτες ή κολλύρια πρωτεϊνικού καθαρισμού μπορούμε να πούμε ότι ολοκληρώνει πολύ καλά τη δράση του. Συνίσταται σε όλους τους τύπους υλικών και υδροφιλίας σε ετήσιους και συχνής αντικατάστασης καθώς και σε έγχρωμους φακούς επαφής χωρίς κανένα πρόβλημα συχνής χρήσης. Τέτοιου είδους υγρά είναι τα OPTIFREE, NOVASOFT ,ALL CLEAN

ΕΠΙΜΕΛΕΙΑ
ΛΥΚΟΚΑΠΗΣ ΑΘΑΝΑΣΙΟΣ
ΓΕΩΡΓΑΚΗ ΕΛΕΝΑ