



Katsaus ikääntymiseen liittyviin silmäsairauksiin ja vaivoihin

Sairaus vai vaiva	Kuvaus	Tietoja riskeistä	Oireet/lisätiedot
Ikääntymiseen liittyvä silmänpohjan rappeuma	- Asteittaan rappeuttaa silmänpohjaa, osaa silmästä joka säätelee tarkkuusnäköä ja mahdollistaa esineiden näkemisen selkeästi. - Rappeutumista on kahden tyyppistä: kuiva ja kostea.	- Suurin riskitekijä on ikä. - Muut riskitekijät - Tupakointi. - Perintötekijät. - Rotu: Valkoihoiset ovat herkempiä sairastumaan silmänpohjan rappeumaan.	- Kumpaankaan rappeumatyyppiin ei sisälly kipua. - Aikaisimmat oireet kuivassa rappeumassa ovat sumentunut näkö drusen (keltaiset kerääntymät verkkokalvon alla jotka silmälääkäri voi nähdä pupillinlaajennustutkimuksessa). - Varhaisin oire kosteassa rappeumassa on suorien linjojen näkeminen vinossa (yleensä äkillisesti). - Jos huomaat mitään yhtäkkisiä muutoksia näössäsi, otathan välittömästi yhteyttä silmälääkäriin.
Kaihi	- Silmän linssin sumeneminen joka johtaa näön menetykseen. - Yleensä kasvaa ajan myötä ja voi peittää silmän muitakin osia, tehden näkemisestä yhä vaikeampaa. - Voi kehittyä yhteen tai kumpaankin silmään.	- Kaihia liittyy yleisimmin ikääntymiseen. - Muut riskitekijät - Diabetes - Elämäntavat: tupakointi, alkoholin käyttö, altistuminen auringon valolle.	- Sumentunut näkö. - Värit eivät näy enää yhtä kirkkaana kuin ennen. - Auringon ja lampun valo voi tuntua liian kirkkaalta. - Pimeällä vastaantulevien autojen valot loistavat enemmän kun normaalisti.
Diabeettiset silmäsairaudet	- Joukko silmäsairauksia jotka saattavat vaivata diabetestä sairastavia. - Näitä ovat diabeettinen retinopatia, glaukooma ja kaihi.	Kaikki diabetestä sairastavat (tyyppien 1 ja 2 sekä raskausajan diabetes) kuuluvat riskiryhmään.	- Näiden sairauksien alkuvaihe on usein oireeton ja kivuton. - Sairauden edetessä näkö voi sumentua tai pimeytyä kokonaan. - Jos sairaus todetaan alkuvaiheessa ja siihen saadaan asianmukaista hoitoa voidaan sokeutumisen riski välttää jopa 90 prosenttisesti. - Verensokerin, verenpaineen ja kolesterolin tarkkailu ja kurissapitäminen voi estää diabeettisen retinopatian kehittymisen.

Sairaus vai vaiva	Kuvaus	Tietoja riskeistä	Oireet/lisätiedot
Glaukooma	- Ryhmä silmätauteja jotka iskevät silmän optiseen hermoon. - Glaukooma voi kehittyä yhteen tai kumpaankin silmään. - Hoitamattomana voi johtaa näön osittaiseen menetykseen tai sokeutumiseen	- Mustaihoiset yli 40-vuotiaat. - Jokainen yli 60-vuotias, erityisesti eteläamerikkalaiset. - Ihmiset joiden suvussa esiintyy glaukoomaa.	- Ei varhaisia oireita tai kipua. - Sairauden edetessä potilas voi huomata, että sivuilla olevien esineiden näkeminen on vaikeutunut, vaikka suoraan edessä olevat esineet näkyvät selkeästi. - Hoitamattomana heikentää näköä kokonaisvaltaisesti johtaen lopulta sokeutumiseen.
Kuivasilmäisyys	Vaiva jossa on tyypillistä silmän kuivuus ja kyynelnesteen tuoton vähentyminen tai kyynelten haihtuminen liian nopeasti.	- Yleisempää naisilla kuin miehillä ja yleistyy vaihdevuosisen jälkeen. - Kuivasilmäisyyttä esiintyy kaikissa ikäryhmissä ja on yleistä tiettyjen lääkkeiden käytön yhteydessä. - Yleistä iäkkäämmillä ihmisillä.	- Silmän polttelu tai pistely. - Tunne, että silmässä on hiekkaa. - Runsas kyynelten tuotanto kuivan silmän tunteen jälkeen. - Venytty erite silmästä. - Kipu ja punoitus. - Ajoittainen näön sumeneminen. - Raskaat silmäluomet. - Kyyneliä ei tule itkiessä. - Epämukava tunne pidettäessä piilolaseja. - Alentunut sietokyky lukemiselle, tietokoneen ruudun katselemiselle, tai muulle aktiviteetille joka vaatii pitkittynyttä näön keskittymistä. - Silmien väsyminen. - Kuivasilmäisyyteen on olemassa joitakin kotihoitokeinoja. Kerro silmälääkärille tai apteekkarille oireistasi ja kysy parhaista hoitokeinoista. Mene silmälääkärin vastaanotolle jos oireet pitkittyvät.
Heikkonäköisyys	Näkövamma jota ei voida hoitaa tavallisilla silmälasilla, piilolinssillä, lääkityksellä tai leikkauksella. Heikkonäköisyys haittaa päivittäisten askareiden hoitamista, lukemista, ostosten tekemistä ja TV:n katselua.	- Aikuiset jotka kärsivät ikääntymiseen liittyvästä silmänpohjan rappeumasta, kaihista, glaukoomasta tai diabeettisesta retinopatiasta. - Normaalit, ikääntymiseen liittyvät muutokset näkökyvyssä eivät yleensä johda heikkonäköisyyteen.	- Näönhuollon ammattilainen pystyy kertomaan sinulle erot normaalien muutosten ja silmätautien välillä. - Näönkuntoutuspalveluista voi olla apua näkökyvyn muutoksissa ja niiden avulla voi olla mahdollista jatkaa itsenäistä elämää.