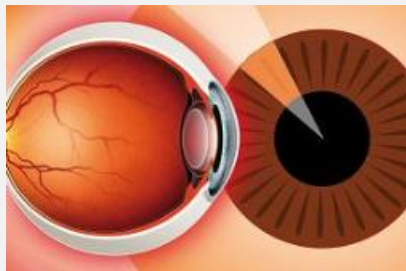


مراقب خونریزی چشم‌هایتان باشید

خونریزی داخل چشم، اتفاقی است که خیلی خطرناک به نظر می‌رسد، اما این اتفاق معمولاً خطرناک نیست و با درمان و به مرور زمان برطرف می‌شود.



خونریزی داخل چشم، اتفاقی است که خیلی خطرناک به نظر می‌رسد، اما این اتفاق معمولاً خطرناک نیست و با درمان و به مرور زمان برطرف می‌شود. البته تجربه هر شخص از خونریزی بافت‌های داخلی چشم متفاوت است، یعنی بعضی بیماران، احساس ناشی از آن را شبیه به مگس‌پران و برخی شبیه به تار عنکبوت توصیف می‌کنند. بعضی هم می‌گویند مثل این است که از خلال یک پرده تاریک یا لکه‌های متراکم یا سیاهی‌های تکه‌ای که با یک‌هاله نازک‌تر احاطه شده است، نگاه می‌کنند.

دکتر سیدحسام هاشمیان، فلوشیپ قرنیه به نکته مهمی در این باره اشاره می‌کند، این که خونریزی به خودی خود، دردناک نیست، ولی از دست دادن دید، بویژه اگر ناگهانی باشد، ترسناک و پریشان‌کننده است.

این جراح قرنیه در گفت‌وگو با جام جم با اشاره به بروز خونریزی در بافت‌های داخلی چشمی می‌گوید: خونریزی شبکیه در داخل زجاجیه اتفاق می‌افتد، ولی در اغلب موارد نه به دلیل خونریزی مستقیم در داخل زجاجیه، بلکه در نتیجه خونریزی عروق شبکیه یا لایه عروقی زیر آن (کوروئید) اتفاق می‌افتد. گاهی اوقات نیز خونریزی در داخل عنبیه می‌تواند به خونریزی داخل زجاجیه منجر شود. این خونریزی معمولاً در افراد بالای ۵۰ سال دیده می‌شود، اما در موارد معدود، ممکن است در سنین پایین‌تر نیز اتفاق بیفتد.

وقتی عروق شبکیه پاره می‌شود

خونریزی چشم، معمولاً در بزرگسالان مشاهده می‌شود، اما این عارضه در کودکان نیز بر اثر ضربه به چشم می‌تواند ایجاد شود. البته به گفته دکتر هاشمیان، به طور معمول، خونریزی چشم خطرناک نیست و با درمان و به مرور زمان برطرف می‌شود. پارگی عروق چشم ممکن است بر اثر ضربه به چشم، افزایش فشار چشم، بیماری دیابت، اختلالات انعقادی خون (کمبود فاکتورهای انعقادی خون)، پارگی شبکیه و همچنین افزایش فشار خون ایجاد شود.

دیابت و خونریزی شبکیه چشم

شاید سوال شما نیز این باشد که آیا پرفشاری خون یا دیابت می‌تواند شخص را مستعد بروز خونریزی چشم کند؟

دکتر هاشمیان در پاسخ به این پرسش، با تأکید بر این که شایع‌ترین عارضه بیماری دیابت، خونریزی شبکیه چشم است، می‌گوید: البته تعداد عمده‌ای از موارد نابینایی ناشی از دیابت، با معاینات و درمان بموقع از سوی چشم‌پزشکان قابل پیشگیری است. متأسفانه، بیمارانی که بموقع برای ارزیابی و درمان مراجعه نکنند یا به هر دلیلی تحت درمان مناسب چشم‌پزشکی قرار نگیرند، بیشتر در معرض خطر کوری هستند. فراموش نکنید خونریزی‌های شبکیه چشم منجر به کاهش بینایی خواهد شد.

به بیان دیگر، این نوع خونریزی‌های چشمی پس از گذشت پنج تا ده سال از بیماری دیابت، بروز می‌کند. این جراح قرنیه می‌افزاید: رتینوپاتی دیابتی (عوارض چشمی دیابت) نیز ناشی از نرسیدن اکسیژن به شبکیه است و باعث رویش عروق جدید می‌شود. متأسفانه عروق جدید غیرطبیعی هستند و تمایل به پاره شدن و خونریزی داخل زجاجیه‌ای دارند. علاوه بر کاهش ناگهانی دید، این وضعیت باعث بروز عوارض ماندگارتری نظیر پارگی شبکیه و آب سیاه نیز می‌شود.

عوارض چشمی ناشی از پرفشاری خون

با آن که دیابت، در مقایسه با فشار خون، افراد بیشتری را گرفتار عوارض چشمی می‌کند، اما خونریزی و انسداد وریدی شبکیه می‌تواند از عوارض چشمی ناشی از فشار خون نیز باشد که تورم، خونریزی و فشار روی وریدهای شبکیه را در پی دارد.

پس از خونریزی، چه باید کرد؟

بی‌شک پس از وقوع خونریزی داخل چشمی باید در اولین فرصت به چشم‌پزشک مراجعه کرد.

البته دکتر هاشمیان تاکید می کند: اگر بینایی بشدت دچار اشکال شده باشد، شاید از بیمار خواسته شود چند هفته صبر کند تا خون در چشمش جذب شود. در چنین شرایطی، چشم پزشک می تواند منبع خونریزی را بیابد. در این شرایط ممکن است به بیمار گفته شود که از بلند کردن و هل دادن چیزهای سنگین پس از یک حمله خونریزی خودداری کند.

اما پیشگیری از بروز خونریزی چشم به چه عواملی بستگی دارد؟

دکتر هاشمیان در پاسخ می گوید: پیش از هر چیز با رعایت رژیم غذایی صحیح و توجه به مصرف درست و دقیق داروهای تجویز شده، باید قند خون را کنترل کرد.

همچنین باید از مصرف سیگار خودداری کرد و فشار خون را نیز همیشه در محدوده طبیعی نگه داشت. به خاطر داشته باشید تشخیص زودرس رتینوپاتی بهترین راه جلوگیری از بروز نابینایی است. به محض تشخیص دیابت، باید بیمار تحت معاینه کامل چشم پزشکی قرار بگیرد و حداقل هر دوازده ماه یک بار معاینه شود. افرادی هم که اختلالات انعقادی دارند، باید با انجام آزمایش های متعدد سعی در برطرف کردن این اختلال کنند تا دچار خونریزی چشم نشوند.

درمان خونریزی چشم با لیزر

به خاطر داشته باشید با درمان بموقع خونریزی چشم می توان قبل از وارد آمدن آسیب جدی به بینایی، مشکل را برطرف کرد. به گفته دکتر هاشمیان در این شرایط، لیزر کارآمدترین روش درمانی است. لیزر درمانی به کنترل خونریزی ها کمک می کند. از آنجا که معمولا دیابت، عروق چشم را نیز مبتلا می کند، رگ های جدیدی پدید می آید که وقتی خون وارد آنها می شود، به داخل حفره زجاجیه نشت پیدا می کند و ادامه این خونریزی ها در نهایت به کنده شدن شبکیه می انجامد. در چنین شرایطی نیز به کمک لیزردرمانی می توان خونریزی را متوقف کرد.

این متخصص قرنیه تاکید می کند: بیماران مبتلا به رتینوپاتی دیابتی با خونریزی باید تحت درمان با لیزردرمانی در ناحیه شبکیه قرار بگیرند. بعد از لیزر، خطر از دست رفتن دید به میزان قابل توجهی کاهش می یابد. البته در موارد شدید یا همراه با پارگی شبکیه، ابتدا جراحی و سپس لیزردرمانی انجام می شود.

به خاطر داشته باشید پیشگیری از بروز خونریزی های داخل چشمی با ورزش کردن، داشتن رژیم غذایی کم کالری و کم چرب، کنترل فشار خون و نیز جلوگیری از بروز عوارض چشمی دیابت ممکن است.