

El glaucoma, un diagnòstic a temps pot evitar la ceguesa

Oftalmologia

ANNA COSTA MANRESA

■ El glaucoma és un grup de malalties oculars que danyen progressivament el nervi òptic. Aquest nervi és la clau per a la transmissió de la informació visual des de l'ull fins al cervell. «El glaucoma provoca una disminució de la visió lateral i pot conduir a una pèrdua gradual i irreversible de la visió i finalment a la ceguesa», explica Josep Badal, director mèdic a l'Institut Oftalmològic Badal, de Manresa.

Tot i que és una malaltia crònica i el nervi danyat no es pot regenerar i per tant no es pot recuperar la visió perduda, amb un diagnòstic precoç i amb el tractament adequat, es pot evitar que s'agreugi. L'objectiu és frenar l'evolució del glaucoma reduint la pressió de l'ull, amb unes gotes.

El glaucoma és la principal causa de ceguesa al món. Hi ha 67 milions de persones diagnosticades, i d'aquestes, 7 milions presenten la ceguesa als dos ulls.

Causes i factors de risc

En la majoria de casos, la causa del glaucoma és l'augment de la pressió intraocular, que danya el nervi òptic. També es considera que hi ha un important factor genètic associat i que existeixen diferents factors de risc. El més important és en les persones que tenen la pressió de l'ull elevada, és



ARXIU

El glaucoma danya progressivament el nervi òptic

a dir, per sobre de 21 mil·límetres de mercuri; és una prova molt fàcil de fer i ajuda a detectar-ho.

Un altre dels principals factors de risc per desenvolupar el glaucoma és a partir dels 60 anys. També tenen més predisposició els pacients que tenen més de 5 graus de diòptries tenen fins a tres vegades més risc de desenvolupar glaucoma. Hi té a veure si hi ha antecedents familiars directes. Si es donen alteracions de la circulació, ja sigui factors vasculars com la pressió arterial baixa o la hipertensió. I un altre factor de risc són les migranyes o apnees del son, entre d'altres.

Síntomes

Inicialment el glaucoma, en la majoria dels casos, no provoca

cap símptoma. La pèrdua de la visió lateral acostuma a passar inadvertida. No és fins a fases més avançades que els pacients són conscients de la seva pèrdua de visió perifèrica, ja que experimenten una sensació com si fossin dins d'un túnel.

Diagnòstic

El glaucoma es diagnostica amb un examen ocular complet, que pot incloure la realització de diferents proves. Fer-se controls anuals a la vista és una recomanació que fan els oftalmòlegs. «Les revisions són molt importants per poder detectar malalties com el glaucoma», remarca el doctor Josep Badal, director mèdic a l'Institut Oftalmològic Badal, de Manresa.

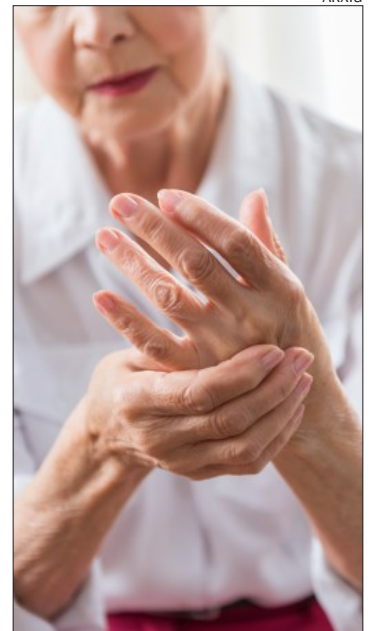
L'artrosi afecta el 80% de les persones de més de 75 anys i pot ser dolorosa

ANNA COSTA MANRESA

■ L'artrosi és un patologia reumàtica que lesiona el cartílag articular i pot provocar dolor, rigidesa i inflamació, i impedir al pacient fer amb normalitat moviments tan quotidians com ara pujar escales o tancar les mans. Normalment, l'artrosi es localitza al genoll, al dit gros del peu, a la columna cervical i lumbar, al maluc, a l'espatlla i als dits de les mans.

L'artrosi afecta principalment la gent gran, es calcula que en tenen el 80% de les persones més grans de 75 anys. L'origen de la malaltia no és hereditària però sí que té un component de risc genètic que, juntament amb altres factors, pot fer que aparegui amb més facilitat. Altres factors de risc són l'excés de pes, la falta d'exercici físic o les alteracions en la postura. Són aspectes que influeixen en el desenvolupament de la malaltia i que cal tenir presents per retardar els símptomes de l'artrosi o per afavorir-ne el tractament.

Com a prevenció, la doctora Mercè Salvans aconsella a la gent gran «fer exercici físic regular, ja que un bon estat muscular protegeix les articulacions, fer una vida sana, evitar el sobrepès i utilitzar ajudes ergonòmiques (faixa...) en feines repetitives o d'esforç». Són mesures preventives, però, què cal fer si et diagnostiquen artrosi? «L'artrosi no té cura però hi ha fàrmacs per pal·liar el dolor quan



ARXIU

L'artrosi afecta el cartílag articular

apareix. Si és un dolor que es manifesta sovint, les infiltracions poden ser una solució», explica la doctora Salvans, que té centre a Manresa (Metges Manresa) i Berga (Centre Mèdic del Berguedà).

Mercè Salvans recomana adoptar una actitud positiva davant del diagnòstic d'artrosi i seguir un tractament adequat perquè el dolor no condicioni la vida diària: «Fer exercici físic adequat a la simptomatologia tot i el dolor, controlar el pes, utilitzar alguna ajuda tècnica com ara un bastó, i evitar el fred».