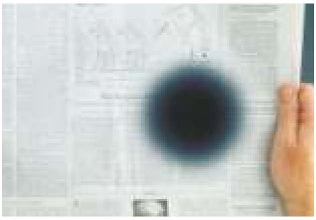
उम्र बढ़ने के साथ आंखें

उम्र से जुड़े मैक्यूलर डिजनरेशन (एएमडी) के लक्षण, रोकथाम और इलाज

उम्र से जुड़ा मैक्यूलर डिजनरेशन (एएमडी) क्या है?

कई वृद्ध लोगों में शरीर की प्राकृतिक उम्र बढ़ने की प्रक्रिया के हिस्से के रूप में मैक्यूलर डिजनरेशन होता है। कई तरह की मैक्यूलर समस्याएं हैं, लेकिन सबसे आम एएमडी है।

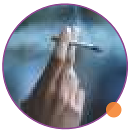


मैक्यूलर डिजनरेशन कई वजहों से हो सकता है जैसे:

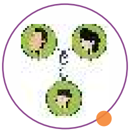
- रेटिना के नीचे ड्रूज़न का जमा होना।
- कुछ मामलों में रेटिना के नीचे असामान्य ब्लड वेसल्स की बढ़ोतरी होने लगती है।

एएमडी की क्या वजह हैं?

उम्र>60 साल



धूम्रपान



जेनेटिक

उच्च रक्तचाप

दिल की बीमारी

मोटापा

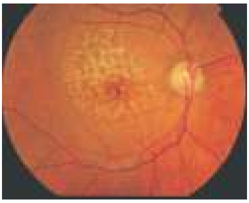
हाई कोलेस्ट्रॉल

एंटीऑक्सीडेंट का कम सेवन

एएमडी के क्या प्रकार हैं?

ड्राई एएमडी

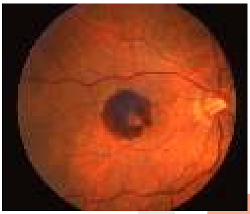
यह स्थिति उम्र बढ़ने और मैक्युला के टिशू के पतले होने के वजह से होती है।



वेट एएमडी

वेट मैक्यूलर डिजनरेशन तब होता है जब रेटिना के नीचे असामान्य ब्लड वेसल्स बढ़ने लगते हैं।

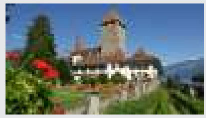
मैक्यूलर डिजनरेशन के इस प्रकार में देखने की क्षमता में कमी, ड्राई मैक्यूलर डिजनरेशन की तुलना में तेज़ और ज़्यादा ध्यान देने योग्य हो सकती है। वेट मैक्यूलर डिजनरेशन के लक्षण आमतौर पर दिखाई देने लगते हैं और काफ़ी जल्दी बदतर हो जाते हैं।



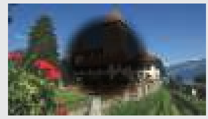
संकेत और लक्षण

धुंधली नजर

फीका रंग



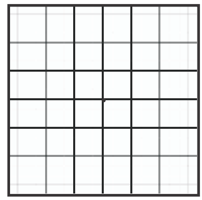
लहराती नजर



देखने की केंद्रीय क्षमता में कमी

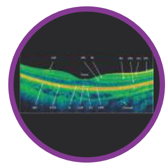
एएमडी का कैसे पता लगाया जाता है?

एम्सलर ग्रिड



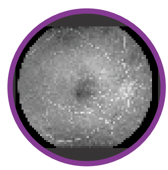
अगर आपको "मैक्यूलर डिजनरेशन" है, तो आप खुद एम्सलर ग्रिड पर जांच सकते हैं। लेकिन याद रखें कि यह एक "ग्रोस" टेस्ट है और इससे शुरुआत में देखने की क्षमता में कमी का पता नहीं चल सकता है।

ऑप्टिकल कोहेरेंस टोमोग्राफ़ी (ओसीटी)



यह एक डायग्नोस्टिक तकनीक है जो हाई रिज़ॉल्यूशन पिक्चर के साथ रेटिना की साफ इमेज देती है।

फ़ंडस फ़्लोरेसिन एंजियोग्राफ़ी (एफ़एफ़ए)



यह एक सामान्य प्रक्रिया है जो आंख के पिछले हिस्से की स्थिति के बारे में ज़्यादा जानकारी पाने के लिए की जाती है। एक डाई को आपकी बांह में इंजेक्ट किया जाता है जो फिर ब्लॉकेज की फ़ोटोग्राफ़ लेने के लिए आपकी रेटिना की नसों तक जाती है।

एएमडी का इलाज कैसे किया जाता है?

ड्राई एएमडी

मैक्यूलर डिजनरेशन के ड्राई फ़ॉर्म का कोई प्रमाणित इलाज नहीं है। हालांकि, एक बड़े वैज्ञानिक अध्ययन से पता चला है कि कुछ लोगों में एंटीऑक्सिडेंट, विटामिन और जिंक, मैक्यूलर डिजनरेशन के ज़्यादा एडवांस स्टेज की ओर बढ़ने को धीमा करके इसके असर को कम कर सकते हैं।

वेट एएमडी

एंटी–वीईजीएफ़ थेरेपी

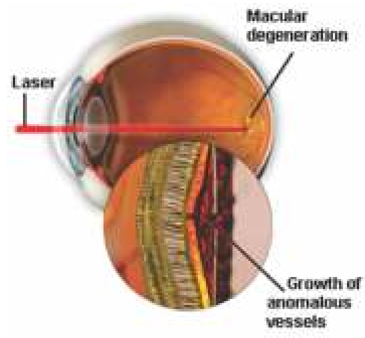
एंटी वैस्कुलर एंडोथेलियल ग्रोथ फ़ैक्टर (एंटी–वीईजीएफ़) इंजेक्शन से इलाज करने पर देखने की ज़रूरी क्षमता (रंग, चमक और स्पष्टता) और कई गतिविधियों जैसे पढ़ना, टेलीविजन देखना, कार चलाना आदि में सुधार हो सकता है जो बेहतर ज़िंदगी जीने में मदद करते हैं।

फ़ोटोडायनामिक थेरेपी (पीडीटी)

इस थेरेपी में मैक्युला के केंद्र में वेट मैक्यूलर डिजनरेशन का इलाज करने के लिए फोटोसेंसटाइज़र नाम की एक लाइट–एक्टिवेटेड दवा और एक खास कम पावर वाले, या ठंडे, लेजर के संयोजन का इस्तेमाल किया जाता है।

लेजर ट्रीटमेंट

वेट एएमडी के लिए लेजर फ़ोटोकोगुलेशन एक और इलाज है। इलाज में रिसाव को रोकने के लिए नए ब्लड वेसल्स को सील करने के लिए लेजर लाइट का इस्तेमाल किया जाता है।



नियमित देखभाल

एएमडी को बढ़ने से रोकने या धीमा करने में मदद के लिए यहां गाइडलाइन दी गई हैं:

धूम्रपान से बचें

अपने ब्लड शुगर और कोलेस्ट्रॉल के लेवल को बनाए रखें

नियमित रूप से व्यायाम करें

साल में कम से कम एक बार आंखों की जांच

गहरे रंग की, पत्तेदार हरी सब्जियां खूब खाएं

Disclaimer: This material is for information purpose only. It does not replace the advice or counsel of a doctor or healthcare professional. We make every effort to provide accurate and timely information but make no guarantees in this regard. You should consult comply with only on the advice of your ophthalmologist or healthcare professional.

RAZUMAB™
Ranibizumab 0.5 mg Injection

INTAS

Scan the QR Code to know more about Razumab

ENGLISH 2160460

INTAS PHARMACEUTICALS LIMITED
Near Sola Bridge, S.G. Highway, Thaltej,
Ahmedabad – 380054, Gujarat, INDIA.
Website : www.intaspharma.com