ఏజ్ రిలేటెడ్ మాక్యులర్ డీజెనరేషన్ (ఎన్ఏఎండి)

అంటే ఏమిటి?

ఏఎండిలో రెండు రకాలు ఉన్నాయి[1-3]: పొడి రకపు ఏఎండి మరియు నియోవాస్క్యులర్ ఏఎండి (ఎన్ఏఎండి)[2,4,5]. సాధారణంగా చెప్పాలంటే, పొడి రకపు ఏఎండి చాలా మెల్లగా అభివృద్ధి చెందుతుంది, ఇది నియోవాస్క్యులర్ రకం కన్నా తక్కువ విపరీతంగా ఉంటుంది[5]. కాకపోతే, రెండు రకాలూ, మీ ముందున్న ఏ వస్తువునైనా స్పష్టంగా అన్ని వివరాలతో సహా చూసేందుకు తోడ్పడే మీ కేంద్ర దృష్టిని ప్రభావితం చేస్తాయి.

బలహీనమైన కేంద్ర దృష్టితో

మీరు సాధారణంగా మీరు చెయ్యగలరు అనుకున్నవాటిని చేయలేకపోవచ్చు, ఉదాహరణకి:

ఏఎండి, 50 ఏళ్ళకు పైబడిన ప్రజలలో విపరీతమైన దృష్టి లోపం మరియు న్యాయబద్ధమైన గుడ్డితనం కలిగించే ప్రముఖ కారణమవుతోంది[1, 7, 9, 10]. ఇవాళ ఏఎండిని యాంటీ-విఇజిఎఫ్* థెరపీ వంటి చికిత్సలతో ప్రభావవంతంగా నియంత్రించవచ్చు.[8]

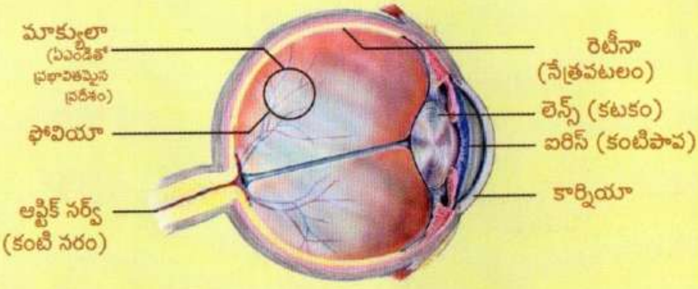
ముందే కనిపెట్టడం మరియు చికిత్స తీసుకోవడం దృష్టి లోపం వృద్ధి కావడాన్ని తగ్గించడంలో తోడ్పడతాయి[1].

*విఇజిఎఫ్= వాస్క్యులర్ ఎండోథీలియల్ గ్రోత్ ఫ్యాక్టర్

ఏఎండి గురించి
మరింత తెలుసుకోవడం

ఏఎండి అనేది కంటిలో కలిగే ఒక పట్టువదలని, క్రమేపీ విపరీతమయ్యే వ్యాధి.[6] ఇది మాక్యులా అని పిలవబడే, రెటీనా (నేత్రపటలం)లోని మధ్యభాగంలోని ఒక ప్రత్యేకమైన ప్రదేశాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది[2,7]. మాక్యులా మీకు ఎదురుగా ఉన్న వాటి సునిశితమైన వివరాలను స్పష్టంగా చూసేందుకు తోడ్పడుతుంది, ఉదాహరణకి ఒక పుస్తకంలోని పదాలు లేదా టెలివిజన్‌లోని చిత్రాలు [6,7]. రెటీనా మొత్తం మీకు ఎదురుగా ఒక పుస్తకం ఉంటే దానిని చూసేందుకు తోడ్పడితే, మాక్యులా ఆ పుస్తకంలో రాసినదాన్ని చూసేందుకు తోడ్పడుతుంది.

కంటి అనాటమీ



ఎన్ఏఎండిలో, కొత్త, అసాధారణమైన రక్తవాహికలు రెటినాలోను, మాక్యులర్ ప్రదేశంలోనూ పెరిగి, మీ దృష్టిని ప్రభావితం చేస్తాయి[3]. దీనిని నియోవాస్క్యులరైజేషన్ అని అంటారు[2, 3, 6, 7, 10]. మీ డాక్టరుగారు మీతో దీనిగురించి మరియు నియోవాస్క్యులరైజేషన్‌ని ఆలస్యం చేసే లేదా ఆపేసే యాంటీ-విఇజిఎఫ్ థెరపీ వంటి చికిత్సల గురించి మాట్లాడుతారు[3, 9].

ఏఎండి

196 మిలియన్

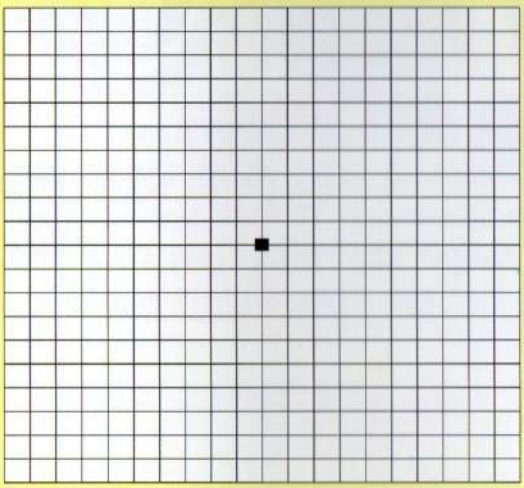
ప్రజలని 2020 సంవత్సరానికి ప్రభావితం చేస్తుందని ఆశించబడుతోంది[11]

సెంట్రల్ విజన్(కేంద్ర దృష్టి)ని అంచనా వెయ్యడం:

ఆమ్‌స్లెర్ గ్రిడ్ పరీక్ష

ఆమ్‌స్లెర్ గ్రిడ్‌ను ఎలా వాడడం:[23,24]

- మీరు కనక సాధారణంగా కళ్ళజోడు వాడుతూ ఉంటే, మీ చదువుకునే కళ్లజోడు పెట్టుకుని, స్క్రీన్‌కి సుమారు 14 అంగుళాల దూరంలో కూర్చోండి.
- ఎడమ కంటిని మూసెయ్యండి.
- కుడి కంటితో గ్రిడ్‌లో మధ్య (కేంద్రం)లోని నల్ల మచ్చపై కేంద్రీకరించి చూడండి.
- ఈ మచ్చను చూస్తూ, మీరు గ్రిడ్‌లో ఉన్న గీతలను గమనిస్తూ ఉండాలి. వీటిలో ఏవైనా వంకరగా ఉన్నట్లు లేదా విరిగి పోయినట్లు లేదా మసకగా ఉన్నట్లు ఉందా అని గమనించండి.
- ఇప్పుడు కుడి కన్ను మూసుకుని, ఈపరీక్షని మళ్లీ చెయ్యండి.
- మీకు కనక ఏ గీతలైనా మసకగాను, అలలలాగ లేదా కొన్ని లేనట్లు అనిపిస్తే, మీరు వీలైనంత త్వరలో మీ కంటి డాక్టర్ని సంప్రదించండి.



ఆమ్‌స్లెర్ గ్రిడ్‌ని వాడడం అనేది మీరు మీ ఇంటి వద్దనే మీ కేంద్ర దృష్టి నాణ్యతను అంచనా వేసుకునేందుకు ఒకానొక విధానం. ఆమ్‌స్లెర్ గ్రిడ్‌ని వాడడం మీ కళ్లను క్రమబద్ధంగా పరీక్ష చేయించుకోవడానికి ప్రత్యామ్నాయం కాదని దయచేసి గుర్తుంచుకోండి.

మీ దృష్టిని పరీక్షించుకునేందుకు, ఈ క్రింద ఇవ్వబడిన ప్రశ్నలకు జవాబులివ్వండి. మీ గమనిక ప్రకారం, ఔను లేదా కాదుపై టిక్కు పెట్టండి.

అవునుకి 1 మరియు లేదుకి 0 ఇవ్వండి. అప్పుడు మీ ప్రతి కంటికి వచ్చిన మొత్తాన్ని కూడి, మీ స్కోర్‌ని రికార్డు చెయ్యండి.

ప్రశ్నలు	ఎడమ కన్ను		కుడి కన్ను	
1. మధ్యలో బిందువు మిస్ అవుతోందా?	అవును	లేదు	అవును	లేదు
2. గ్రిడ్‌లో కొంత పెద్దగానూ లేదా చిన్నగానూ కనబడుతోందా?	అవును	లేదు	అవును	లేదు
3. గ్రిడ్‌లో కొంత లేనట్లు కనబడుతోందా?	అవును	లేదు	అవును	లేదు
4. ఏవైనా అలల వంటి గీతలు ఉన్నాయా?	అవును	లేదు	అవును	లేదు
5. కేంద్రానికి బయట ఏవైనా ప్రదేశాలు లేనట్లు కనబడుతున్నాయా?	అవును	లేదు	అవును	లేదు
6. ఈ బాక్సులలో మీకు నీడలు కనబడుతున్నాయా?	అవును	లేదు	అవును	లేదు
మొత్తం	అవును	లేదు	అవును	లేదు

ఈ గీతలు కనక పోయినసారి పరీక్షించుకున్న తర్వాతికంటే మరింత అలలలాగా మరియు వంకరగానూ కనబడితే, మీ డాక్టర్ని వెంటనే సంప్రదించండి.

ఎన్ఏఎండికి
చికిత్స

ఎన్ఏఎండి అనేది ఒక గంభీర పరిస్థితి; దీనిని కనక చికిత్స చెయ్యకపోతే, ఎన్ఏఎండి యొక్క పర్యవసానం వివరీతంగాను మరియు కేంద్ర దృష్టి శాశ్వతంగా కోల్పోవడం[7] జరగవచ్చు, దృష్టి న్యాయబద్ధమైన గుడ్డితనం లేదా అంతకన్నా తక్కువకి తగ్గిపోవచ్చు[4]. అదృష్టవశాత్తూ, సంపూర్ణ అంధత్వం లేదా చీకటి ఎప్పుడూ సంభవించదు.[5,7]

మీ ఎన్ఏఎండి రోగనిర్ధారణ తర్వాత వీలైనంత త్వరలో చికిత్స ప్రారంభించడం అన్నది ఎంతో ముఖ్యం[6,7], ఎందుకంటే ఎన్ఏఎండి ఎంతవేగంగా పురోగమిస్తుంది అన్నది, మీరు అదుపులో పెట్టుకోవడానికి వీలుకాని ఎన్నో అంశాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది[2].

మీ కళ్లలో ఒకటి ప్రభావితమై ఉంటే, మీ రెండవ కంట్లో ఎన్ఏఎండి వచ్చే ప్రమాదం చెప్పుకోదగ్గగా పెరుగుతుంది[4, 7, 12]. అంచేత, ఆమ్‌స్లెర్ గ్రిడ్ వంటి పరీక్షలతో, క్రమబద్ధంగా మీ రెండు కళ్ళ దృష్టినీ పరీక్షించుకుంటూ ఉండడం అన్నది చాలా ముఖ్యం[5, 7, 9, 12].

ఎన్ఏఎండి ఒక పట్టువదలని వ్యాధి అయినప్పటికీ, **యాంటీ-విఇజిఎఫ్ థెరపీవంటి ప్రస్తుత చికిత్సా అభిమతాలు, దీనిని ఆలస్యంగా వచ్చేలా చేస్తాయి, ఆపుతాయి లేదా మీ దృష్టి లోపాలను వెనక్కి మరలిస్తాయి మరియు మీ దృష్టిని ఎంతోకాలం ఉండేలా చేస్తాయి,** మీరు ఆనందించే కార్యకలాపాలను మీరు కొనసాగించేందుకు తోడ్పడతాయి.[7] 7

ఇవాళ మీ వంటి ఎన్ఏఎండి గల రోగులకు ఏన్నోరకాల అభిమతాలు ఉన్నాయి[3, 6, 7, 9, 10, 12, 18]. మీరు, మీ కళ్ళ డాక్టరు మీకు ఏది ఉత్తమమైన చికిత్సో అన్నది నిర్ణయించుకుంటారు[9].

యాంటీ- విజిఇఎఫ్ చికిత్సను ఎలా ఇస్తారు?

యాంటీ- విఇజిఎఫ్ చికిత్సను మీ కళ్ల డాక్టరు గారు ఒక ఇంజెక్షన్ రూపంలో తిన్నగా ప్రభావితం చెందిన కంటిలోని తెల్లభాగంలోకి ఇస్తారు.[3]

ప్రిస్క్రైబ్ చెయ్యబడితే, గరిష్టమైన ప్రభావం కోసం,ఆ యాంటీ- విఇజిఎఫ్ మందు తిన్నగా మీ కంటిలో ఇంజెక్ట్ చెయ్యబడుతుంది. ఇంజెక్షన్‌ని ఒక స్టెరైల్ విధానంలో ఇవ్వవలసి ఉంటుంది మరియు మీకు ఈ చికిత్స ఒక ఆపరేటింగ్ థియేటర్లో చెయ్యబడవచ్చు, కాకపోతే సర్వసామాన్యంగా, ఇటువంటి చికిత్స కోసం ప్రత్యేకించబడిన గదిలో ఈ ఇంజెక్షన్ ఇవ్వబడవచ్చు (దీనిని ఒక్కొక్కప్పుడు శుభ్రమైన చికిత్సా గది అని అంటారు).[21]

ఇంజక్షన్‌కి వాడే సూది సన్నగా, చిన్నగా ఉంటుంది, ఇంజెక్షన్ తీసుకోవడానికి కేవలం కొన్ని సెకన్లు మాత్రమే పడతాయి. మీ కంటిలో అనెస్థిటిక్ చుక్కలు వేయించుకుని ఉంటారు కాబట్టి, ఈ ఇంజెక్షన్ మీ కంటిపై కొద్ది పాటి ఒత్తిడి కలిగినట్లు అనుభూతి ఉంటుంది, గీసినట్లు కాదు. మరుసటి రోజుకి మీ కన్ను సౌకర్యంగానే ఉంటుంద్ది.

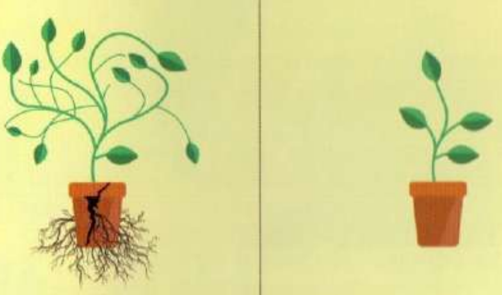
ఈ చికిత్స గురించి, ఇది మీకు సరైనదా కాదా అన్నదాని గురించి మరింత మీ డాక్టరుగారు మీతో మాట్లాడవచ్చు.

యాంటీ- విజిఇఎఫ్ థెరపీ, ఎన్ఏఎండి కలిగించిన నష్టపు ప్రభావాలని ఎలా నియంత్రిస్తుంది?

మీ డాక్టరుగారు మీకు యాంటీ- విఇజిఎఫ్ థెరపీతో చికిత్స చేయాలని నిర్ణయించారు.[3, 9]. యాంటీ- విఇజిఎఫ్ థెరపీ అంటే యాంటీ-వాస్క్యులర్ ఎండోథిలియల్ గ్రోత్ ఫ్యాక్టర్. " యాంటీ" అంటే విరుద్ధం అని, "వాస్క్యులర్" అంటే రక్తవాహికలకు సంబంధించినదని అర్థం. **యాంటీ- విఇజిఎఫ్ థెరపీ అనేది, మీకున్న పరిస్థితి వల్ల మీ కంటిలో ఉన్న అదనపు విఇజిఎఫ్ యొక్క చర్యని ఆపడం ద్వారా పనిచేస్తుంది.**[9]

యాంటీ- విజిఇఎఫ్ థెరపీ ఎలా పనిచేస్తుంది

మీ కన్ను ఒక మొక్క అనుకోండి. అధిక విఇజిఎఫ్ స్థాయి యొక్క ప్రభావం అలా ఉంటుంది మరియు ఈ చికిత్స మీకు ఏం చెయ్యగలదో అన్నది:



యాంటీ- విఇజిఎఫ్ థెరపీ, ఎన్ఏఎండి వల్ల మీ కంటిలోని మాక్యులాలోని రక్త వాహికలలో కలిగే నష్టపోయిన మార్పులను తగ్గించేలా డిజైన్ చెయ్యబడింది. మీ కంటిలో ఈ అసాధారణ రక్త వాహికల ఎదుగుదలను తగ్గించడం ద్వారా (బాగా ఎదిగిన మొక్కలాగా), **యాంటీ- విఇజిఎఫ్ థెరపీ మీ దృష్టి లోపాన్ని కూడా తగ్గించేందుకు తోడ్పడవచ్చు మరియు ముందే దీన్ని తీసుకుంటే, మీ దృష్టిని తిరిగి తీసుకురావచ్చు కూడా.**[3,9]

ఎన్ఏఎండి ద్వారా కలిగిన దృష్టిలోపంతో

జీవించడం

అదృష్టవశాత్తూ, సంపూర్ణ అంధత్వం లేదా చీకటి ఎప్పుడూ సంభవించదు[7]; కాకపోతే, ఈ వ్యాధి మీ జీవన నాణ్యతపై గొప్ప చెప్పుకోదగ్గ ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. కేంద్ర దృష్టిలో చెప్పుకోదగ్గ నష్టం మీరు గతంలో పనిచేసిన విధానాన్ని విపరీతంగా ప్రభావితం చేస్తుంది, మీరు సునాయాసంగా చెయ్యగలరు అనుకున్న పనులు, ఎంతో కష్టంగా తయారవచ్చు[8]. ఇది మీరు పనిచేసే సామర్థ్యతను ప్రభావితం చెయ్యవచ్చు. కాకపోతే, **రోగులలో చాలామంది తమ స్వేచ్ఛని అట్టేపెట్టుకుంటారు.**

విజువల్ ఎయిడ్స్ (దృష్టికి తోడ్పడే సాధనాలు) మరియు రీహాబిలిటేషన్ (పునరావాసం)–ఇవి మీ స్వాతంత్ర్యాన్ని మీరు తిరిగి పొందేందుకు తోడ్పడతాయి.

విపరీతమైన దృష్టి లోపం వల్ల కలిగే ఎమోషనల్ (భావోద్వేగం) ప్రభావాన్ని ఎదుర్కొని స్థిమితపడడం అత్యంత కష్టతరమైన విషయాలలో ఒకటి. మొదటి రోగనిర్ధారణలో, ప్రజలు అనేక భావోద్వేగాలను కలిగి ఉంటారు, అవి: కోపం, తిరస్కారం, అపనమ్మకం, కోల్పోయిన అనుభూతి, తీవ్ర ఉగ్రత, జుగుప్స, విచారం మరియు షాక్ (అఘాతం)[8]. మీరు మానసిక వ్యాకులత (డిప్రెస్డ్) పొందితే[7, 22], ఈ అనుభూతులను దాటవలసి వస్తుంది.

నూతన విధానాలతో జీవితం కొనసాగించడం కీలకమైన విధానం. మార్చబడిన దృష్టికి అలవాటుపడ్డ ప్రజలు, తమకు నచ్చిన విషయాలను స్వతంత్రంగాను, ఆత్మవిశ్వాసంతోను చెయ్యడం కొనసాగిస్తారు.