



Gláka

Upplýsingar

Hvað er gláka?

Gláka er augnsjúkdómur sem stafar yfirleitt af hækkuðum augnþrýstingi. Hann leiðir til skemmda í sjóntaug og sjónsviði ef hann er ekki meðhöndlaður. Sjóntaugin ber upplýsingar frá sjónhimmunni til heilans þar sem hann les þær sem mynd.

Augað þarf ákveðinn innri þrýsting til að halda formi sínu og virka rétt.

Oftast er gláka afleiðing aukins þrýstings í auganu. Stundum er þrýstingurinn innan eðlilegra marka en þá kemur skaðinn til vegna veikleika í sjóntauginni. Í flestum tilfellum er bæði miklum þrýstingi og veikleika í sjóntauginni um að kenna.


Hvað stjórnar þrýstingi í auganu?

Frumur í auganu framleiða vatnskenndan vökva (e. Aqueous). Hann myndast jafnt og þétt og hefur það hlutverk að flytja næringu til ákveðinna hluta augans. Vökvinn leitar síðan út í gegnum fíngerðan síuvef. Ef jafnvægi milli framleiðslu og afrennslis vökvans raskast hefur það áhrif á þrýstinginn.



Af hverju getur aukinn augnþrýstingur verið hættulegur?

Ef sjóntaugin verður fyrir of miklum þrýstingi getur hún skaðast. Hversu mikill skaðinn verður fer eftir hversu mikill þrýstingurinn er, hversu lengi hann hefur verið til staðar og hversu vel sjóntaugin þolir hann. Hækkaður þrýstingur veldur hægfara skemmdum sem smám saman leiða til sjónskerðingar og jafnvel blindu ef ekkert er að gert. Mjög hár augnþrýstingur skaðar sjóntaugina á stuttum tíma.



Eru til mismunandi tegundir af gláku?

Já, það eru fjórar megingundir.

Hægfara gláka (e. Primary open-angle glaucoma)

Algengasta tegundin er hægfara gláka. Flæðið í gegnum síuvefnum stíflast eða minnkar með árunum sem leiðir til hærri augnþrýstings. Sjúkdómurinn er einkennalaus á byrjunarstigi og veldur ekki óþægindum en á endanum verður sjónsviðið fyrir skemmdum.

Bráðagláka (e. Acute glaucoma)

Bráðagláka er sjaldgæf á Vesturlöndum. Hún myndast þegar flæðið frá auganu stíflast alveg. Þá hækkar augnþrýstingur skyndilega og getur valdið miklum verkjum og vanlíðan. Bráðagláka getur leitt til varanlegs skaða á sjón á mjög skömmum tíma ef ekkert er að gert.




Fylgigláka (e. Secondary glaucoma)

Aukinn augnþrýstingur af völdum annars augnsjúkdóms kallast fylgigláka.

Meðfædd gláka (e. Congenital glaucoma)

Meðfædd gláka eða barnagláka er sjaldgæfur sjúkdómur í ungbörnum. Hann orsakast af meðfæddum galla í auganu.



Eru sumir í meiri hættu en aðrir?

Já, eftirtaldir þættir geta aukið áhættuna:

Aldur

Hægfara gláka verður mun algengari með aldrinum en er sjaldgæf fyrir 40 ára aldur. Hún hefur áhrif á 1% fólks yfir 40 ára, 5% fólks yfir 65 ára og 10% fólks yfir 70 ára.

Fjölskylda

Ef þú átt náinn ættingja með gláku skaltu fara reglulega í augnskoðun. Ráðleggðu öðrum fjölskyldumeðlimum að gera slíkt hið sama. Regluleg augnskoðun er sérstaklega mikilvæg eftir 40 ára aldur.

Nærsýni

Fólk með mikla nærsýni er í meiri hættu á að fá glákuskemmdir í augun.


Sykursýki

Þeir sem eru með sykursýki geta verið í meiri hættu en aðrir að þróa með sér gláku.

Hvernig hefur hægfara gláka áhrif á sjón?

Vandamálið við hægfara gláku er að hún er oftast einkennalaus í byrjun.

Augað getur virst eðlilegt og verkjalaust. Sjónin virðist óbreytt, en hún getur þó hægt og bítandi verið að láta undan. Sumir leita sér fyrst aðstoðar þegar þeir taka eftir því að sjónin á „betra“ auganu hefur versnað.



Fyrstu einkenni sjóntapsins eru þau að sjónin hverfur á bogalaga svæði aðeins fyrir ofan og/eða fyrir neðan miðju þegar horft er beint fram. Þetta svæði stækkar síðan bæði út á við og inn á við, ef glákan er ekki meðhöndluð. Miðja sjónsviðsins verður seinast fyrir áhrifum, en þegar það gerist getur þér liðið eins og þú sért að horfa í gegnum langt rör (e. Tunnel vision). Loks getur þessi sjón einnig tapast ef ekki tekst að stöðva sjúkdóminn.


Hvernig er gláka greind?

Þar sem gláka verður mun algengari eftir 40 ára aldur skaltu fara í augnskoðun að minnsta kosti á tveggja ára fresti.

Til eru mismunandi aðferðir við að greina sjúkdóminn:

- Skoða sjóntaugina með því að beina ljósi í augað
- Mæla þrýstinginn í auganu
- Horfa á röð ljósa á skjá og kanna hvaða ljós þú sérð

Þessi próf eru einföld og framkvæmd af flestum augnlæknum.



Hvernig er hægfara gláka meðhöndluð?

Meðhöndlun hægfara gláku miðar fyrst og fremst að því að minnka þrýsting í auganu.

Meðferð til að minnka þrýsting hefst venjulega með augndropum. Droparnir minnka magnið af vökva sem myndast í auganu eða opna síuvefinn svo að umframvökvi geti runnið burt. Ef það virkar ekki gæti augnlæknirinn stungið upp á laser-meðferð eða skurðaðgerð sem bætir afrennsli vökvans frá auganu.

Augnlæknirinn þinn mun leggja til hvað best sé að gera í þínu tilfalli.

Er hægt að lækna hægfara gláku?

Þó að ekki sé hægt að bæta þann skaða sem þegar hefur orðið er venjulega hægt að halda skemmdum í lágmarki með reglulegum skoðunum, snemmtækri íhlutun og meðferð. Venjulega er hægt að njóta góðrar sjónar um ókomna tíð.

Bráðagláka

Við bráðagláku eykst þrýstingur í auganu hratt. Það gerist vegna þess að síuvefur augans lokast skyndilega og vökvinn nær ekki að renna út. Bráðagláka getur valdið miklum skemmdum á sjóntaug á tiltölulega stuttum tíma.

Hver eru einkennin?

Hin skyndilega aukning á þrýsting í auganu getur verið mjög sársaukafull. Augað verður rautt, sjónin versnar og augun verða viðkvæm fyrir birtu. Viðkomandi getur einnig fundið fyrir ógleði og kastað upp. Einnig getur hann orðið var/vör við litaða hringi í kringum hvít ljós.

Er bráðagláka alltaf alvarleg?

Stundum fær fólk væg einkenni, oftast á kvöldin. Sjónin gæti virst óskýr með lituðum hringjum í kringum hvít ljós. Óþæginda gæti orðið vart í auganu. Ef þú heldur að þú sért að fá vægt kast skaltu hafa samband við lækinn þinn án tafar.

Hver er meðferðin?

Ef þú færð skyndilegt kast þarf að leita til læknis strax svo að hægt sé að léttu sársaukann og þrýstinginn í auganu. Þar færð þú lyf sem bæði minnka framleiðslu vökva í auganu og bæta afrennsli hans.

Ef skyndilegt kast er meðhöndlað strax er yfirleitt hægt að ná stjórn á því á fáeinum klukkutímum. Þér mun líða betur í auganu og sjónin mun koma aftur. Stundum þarf að gera lítið gat í ytri jaðar lithimnunnar svo að vökvinn geti runnið út. Það er venjulega gert með laser-meðferð.



Er hægt að lækna bráðagláku?

Með snemmtækri íhlutun og árangursríkri meðferð er hægt að endurheimta sjónina að fullu. Töf á íhlutun gæti valdið varanlegu sjóntapi.



Að lifa með gláku

Mun ég geta ekið bíl?

Flestir geta ekið bíl ef sjóntapið er ekki mikið. Til að meta hvort skaði hafi orðið á hliðarsjón þarf að fara í sérstakt próf til að athuga hvort sjónin þín uppfylli kröfur. Talaðu við augnlækni eða sjónfræðing.

Hvað ef ekki er hægt að varðveita sjón mína að fullu?

Snemmtæk greining og meðferð mun koma í veg fyrir, eða hægja á, frekari skaða vegna gláku. Ef þú upplifir sjóntap er margt hægt að gera til að aðstoða þig við að nota þá sjón sem þú hefur. Ráðfærðu þig við augnlækni eða sjónfræðing um sjónhjálpartæki og úrræði.



**Þjónustu- og þekkingarmiðstöð
fyrir blinda, sjónskerta og
daufblinda einstaklinga**

Hamrahlíð 17
105 Reykjavík
Sími 545 5800
www.midstod.is

Augndeild Landspítalans við Eiríksgötu

Eiríksgötu 37
101 Reykjavík
Sími 453 1000

Blindrafélagið

Hamrahlíð 17
105 Reykjavík
Sími 525 0000
www.blind.is

Bæklingurinn er gefinn út með stuðningi Blindrafélagsins



Hafið samband við okkur

Starfsfólk Miðstöðvarinnar er ávallt reiðubúið að svara spurningum og fyrirspurnum. Við hvetjum alla til að hafa samband við okkur ef einhverjar spurningar vakna um málefni blindra, sjónskertra og daufblindra og þjónustu og ráðgjöf við notendur, aðstandendur og/eða fagfólk.

Hvar erum við?

Þjónustu- og þekkingarmiðstöðin er á 5. hæð í Hamrahlíð 17 í Reykjavík.

Hvenær er opið?

Miðstöðin er opin alla virka daga frá kl. 9 til 16.

Tímamantanir í síma 545 5800

hjá ráðgjöfum, augnlækni og sjónfræðingum.

Nánari upplýsingar á www.midstod.is

Nánari upplýsingar má einnig fá á heimasíðu Miðstöðvarinnar, www.midstod.is.



Þjónustu- og þekkingarmiðstöð
fyrir blindra, sjónskerta og daufblinda einstaklinga