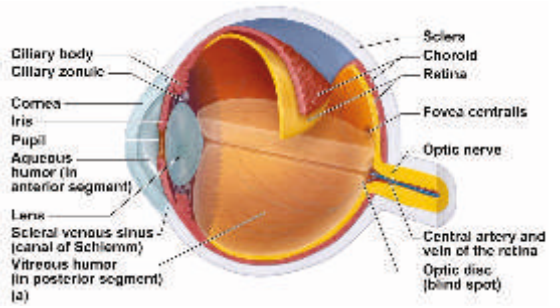
एजिंग आईस

उम्र संबंधी मैक्युलर डिजनरेशन (एएमडी) का लक्षण, रोकथाम और उपचार

आँख

आँख को हमारे शरीर का सबसे जटिल हिस्सा कहा जाता है।

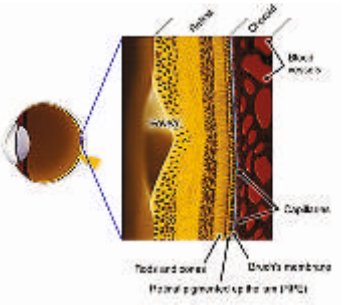
कॉर्निया के माध्यम से प्रकाश भीतर प्रवेश करता है, यह आयरिस यानी पुतली से होकर गुज़रता है और फिर लेन्स तक पहुँचता है, जो आँख के पीछे के पर्दे पर प्रकाश को केंद्रित करता है।



रेटिना

रेटिना प्रकाश-संवेदी कोशिकाओं या फोटोरिसेप्टरों से भरा होता है जिन्हें रोड्स और कोन्स कहा जाता है। मैक्युला रेटिना का केन्द्र होता है और यह तीक्ष्ण केन्द्रीय दृष्टि के लिए उत्तरदायी होता है। फोविया मैक्युला में एक छोटा सा हिस्सा होता है जो सबसे तीक्ष्ण दृष्य उपलब्ध कराता है।

जब प्रकाश रेटिना तक पहुँचता है तो फोटोरिसेप्टर आँख की तंत्रिका के द्वारा संकेत मस्तिष्क तक भेजते हैं, जो दृष्टि के रूप में उसका व्याख्या करता है।



एज रिलेटेड मैक्युलर डिजनरेशन क्या है?

अनेक वृद्ध व्यक्तियों में शरीर की स्वाभाविक वृद्धावस्था प्रक्रिया के एक हिस्से के रूप में मैक्युलर डिजनरेशन होता है। मैक्युला संबंधी समस्याएँ विभिन्न प्रकार की होती हैं, लेकिन इनमें सबसे आम है एज रिलेटेड मैक्युलर डिजनरेशन ।

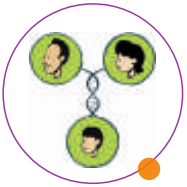
मैक्युलर डिजनरेशन के बहुत से कारण हो सकते हैं, जैसे :

- रेटिना के भीतर ड्रूसेन नामक तलछट बनना।
- कुछ मामलों में रेटिना में असामान्य रक्त वाहिकाओं का बनना।

एज रिलेटेड मैक्युलर डिजनरेशन क्या कारण है?

60 वर्ष एवं उससे अधिक उम्र

धूम्रपान


अनुवांशिक

उच्च रक्तचाप

हृदय रोग

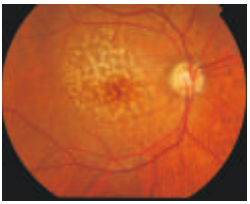
मोटापा

उच्च कॉलेस्ट्रॉल

एंटी-ऑक्सिडेंट का कम सेवन

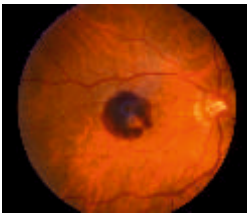
एएमडी के प्रकार

शुष्क एएमडी



इसे ड्रूसेन के साथ नॉन-नियोवैस्क्युलर मैक्युलर डिजनरेशन भी कहा जाता है। मैक्युलर डिजनरेशन से पीड़ित अधिकांश लोगों को सूखे रूप में होता है। यह स्थिति अधिक उम्र होने और मैक्युला के ऊतकों के पतलेपन के कारण होती है।

आर्द्र एएमडी



इसे नियोवेस्क्युलर मैक्युलर डिजनरेशन भी कहा जाता है। मैक्युलर डिजनरेशन से पीड़ित लगभग 10 प्रतिशत लोगों में इसका आर्द्र स्वरूप होता है। लेकिन यह शुष्क स्वरूप की तुलना में केंद्रीय या विस्तृत दृष्टि को अधिक क्षति पहुँचा सकता है।

आर्द्र मैक्युलर डिजनरेशन तब होता है, जब असामान्य रक्त वाहिकाएँ रेटिना के नीचे बढ़ना शुरू होती हैं। इस रक्त वाहिका वृद्धि को कोरोइडल नियोवेस्क्युलराइजेशन (सीएनवी) कहा जाता है, क्योंकि ये वाहिकाएँ कोरोइड नामक रेटिना के नीचे वाली परत से बढ़ती हैं। इन नई रक्त वाहिकाओं से तरल या रक्त का रिसाव हो सकता है जिससे केन्द्रीय दृष्टि में धुंधलापन या टेढ़ापन आ सकता है।

मैक्युलर डिजनरेशन के इस स्वरूप से दृष्टि की क्षति शुष्क मैक्युलर डिजनरेशन की तुलना में तेज और अधिक प्रत्यक्ष हो सकती है। आर्द्र मैक्युलर डिजनरेशन के लक्षण आमतौर पर दिखाई देते हैं और वे तेजी से और भी गंभीर हो सकते हैं।

निशानियाँ और लक्षण

धुँधली दृष्टि

फीके रंग

लहराती दृष्टि

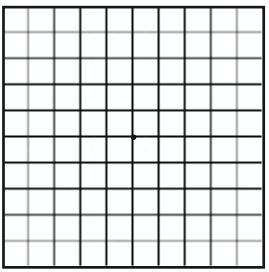
केन्द्रीय दृष्टि की क्षति

एएमडी का प्रबंधन कैसे करें?

निदान:

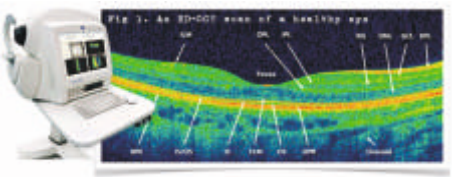
एम्स्लेर ग्रिड

अगर आपको ''मैक्युलर डिजनरेशन'' है तो आप एम्स्लर ग्रिड से अपनी जाँच कर सकते हैं। लेकिन याद रखें कि यह एक ''सकल'' जाँच है और हो सकता है कि इससे दृष्टि की क्षति का जल्दी पता न चले।



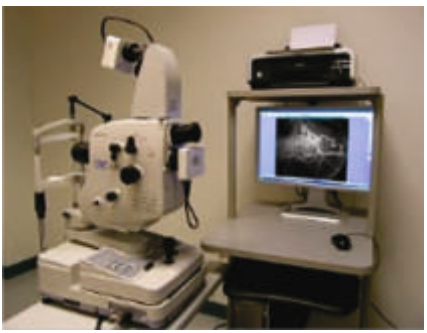
ऑप्टिकल कोहेरेन्स टोमोग्राफी (ओसीटी)

यह एक नैदानिक तकनीक है, जिससे आपको अधिक रिज़ॉल्यूशन वाले चित्रों के साथ रेटिना की स्पष्ट छवि मिलती है।



फंडस फ्लोरेसेन एंजियोग्राफी (एफएफए)

यह एक सामान्य प्रक्रिया है जो आँख के पिछले हिस्से की स्थिति के बारे में अधिक जानकारी प्रदान करने के लिए की जाती है। आपकी बाँह में एक डाई (रंग) को इंजेक्ट किया जाता है जो आपकी रेटिना की नसों तक पहुँचती है जिससे नसों में रुकावट के चित्र लिए जा सकें।



उपचार :

शुष्क एएमडी :

मैक्युलर डिजनरेशन के शुष्क स्वरूप के लिए एक भी सिद्ध उपचार उपलब्ध नहीं है। यद्यपि एक वृहत वैज्ञानिक अध्ययन यह दर्शाता है कि एंटीऑक्सिडेन्ट, विटामिन और ज़िंक कुछ लोगों में इसकी अधिक उन्नत अवस्था की ओर प्रगति को धीमा करके मैक्युलर डिजनरेशन के प्रभाव को कम कर सकते हैं।

आर्द्र एएमडी

एंटी-वीईजीएफ इंजेक्शन थैरेपी :

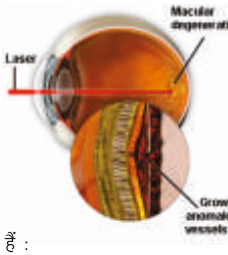
वर्तमान में आर्द्र एज-रिलेटेड मैक्युलर डिजनरेशन के लिए सर्वाधिक आम एवं प्रभावी उपचार है, एंटी-वीईजीएफ थैरेपी - जिसके अंतर्गत ''एंटी-वीईजीएफ'' नामक एक दवा का इंजेक्शन इंट्राविट्रियल (आँख के भीतर) दिया जाता है।

फोटोडायनामिक थैरेपी (पीडीटी)

इस चिकित्सा में फोटोसेंसिटाइज़र नामक एक हल्की-सक्रिय दवा तथा एक विशेष कम शक्तिशाली, या शीतल लेज़र के संयोजन का प्रयोग आर्द्र मैक्युलर डिजनरेशन के उपचार के लिए किया जाता है।

लेज़र उपचार

आर्द्र एआरएमडी के लिए एक अन्य उपचार है लेज़र फोटोकोएग्युलेशन। इस उपचार में रिसाव को रोकने के लिए नई रक्त वाहिकाओं को सील करने हेतु लेज़र लाइट का उपयोग किया जाता है।



सामान्य देखभाल

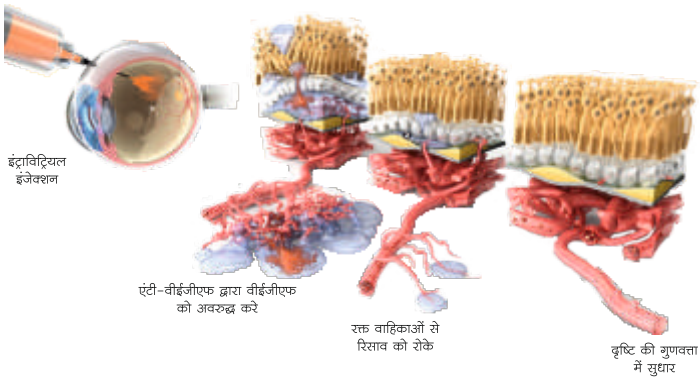
एएमडी की विकास को रोकने या धीमा करने में सहायता के लिए कुछ दिशा-निर्देश यहाँ दिए गए हैं :

- नियमित रूप से व्यायाम करें
- हरी पत्तेदार सब्जियाँ, जैसे पालक आदि का खूब सेवन करें
- अपने ब्लड शुगर और कॉलेस्ट्रॉल पर नियंत्रण रखें
- बाहर जाते समय आँखों को क्षति पहुँचाने वाले यूवी और ब्लू लाइट को रोकने के लिए उपयुक्त चश्मा पहनें
- अपनी आँखों को स्वस्थ रखने के लिए कम से कम वर्ष में एक बार अपने नेत्र चिकित्सक से अवश्य मिलें
- धूम्रपान, मदिरापान आदि से बचें, क्योंकि इनसे भी आपकी दृष्टि प्रभावित हो सकती है

एंटी-वीईजीएफ इंजेक्शन थैरेपी

यह आर्द्र एज-रिलेटेड मैक्युलर डिजनरेशन के लिए एक अनुमोदित दवाई है।

यह कैसे काम करती है?



यह रेटिना के पीछे नई रक्त वाहिकाओं के बनने से रोकने, रेटिना को रिसाव मुक्त रखने और दृष्टि की आगामी क्षति का जोखिम कम करता है।

दवा का प्रभाव एक महीने या उससे अधिक समय तक रह सकता है, अत: आपको मिलने वाले इंजेक्शनों की संख्या आपके आँखो स्थिति पर और आपके डॉक्टर के परामर्श पर निर्भर करेगी।

फायदे

एंटी-वीईजीएफ इंजेक्शन से उपचार से महत्वपूर्ण दृष्टिगत गुण (रंग, चमक एवं तीक्ष्णता) एवं अनेक गतिविधियाँ, जैसे पढ़ना, टेलीविजन देखना, कार चलाना आदि बेहतर हो सकती हैं, जिनसे जीवन की गुणवत्ता में सुधार आता है।

अस्वीकरण: यह सामग्री केवल सूचना के उद्देश्य से है। यह किसी चिकित्सक या स्वास्थ्य देखभालकर्ता की सलाह या परामर्श का स्थान नहीं ले सकती है। हम ऐसी सूचना उपलब्ध करवाने के लिए यथासंभव प्रयास करते हैं, जो सही एवं समय पर हो, लेकिन इस संबंध में कोई गारंटी नहीं देते हैं। आपको केवल अपने नेत्र-विशेषज्ञ या स्वास्थ्य देखभालकर्ता से परामर्श करना चाहिए और उसके परामर्श का अनुपालन करना चाहिए।

INTAS

INTAS PHARMACEUTICALS LIMITED

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

RAZUMAB™
Ranibizumab 0.5 mg Injection

2122536 Hindi