

Presbizia, ikusmen nekatua

Jabier Agirre

Medikua eta OEEko kidea

Biztanleen % 48,7k ikusmen nekatua dauka, eta 42 urtetik gorako pertsonak bakarrik hartuz gero, presbiten kopurua (hau da, presbiziak edo ikusmen nekatuak jota daudenena) ia hiritarren % 100ekoa da. Dena den, presbizia ez da gaixotasun bat, zahartze-prozesuaren ondorio logiko bat baizik.

42 URTEK AURRERA, INOR EZ DA LIBRATZEN IKUSMEN NEKATUA ESATEN ZAION egoera ia fisiologiko hori jasatetik, ezta bizi osoan ikaragarriko bista eduki dutenak ere. Eta horren arrazoia lehen esandakoa da, presbizia ez dela gaixotasun bat, adinaren ondorioa baizik. Eta, adinarekin, begiak zolitasuna edo zorrotasuna galtzen du, eta gero eta zailagoa gertatzen zaigu irakurtzea, jostea, eta horrelako gauzak egitea.

Zergatik gertatzen da?

Urteekin gertutik fokatzeko gaitasuna galdu egiten da (40-45 urte inguruan). Begiak bi lente dauzka: bati komea esaten zaio eta besteari kristalinoa. Bi horiek objektuak edo gauzak fokatzeko aukera ematen digute, gertuko gauzak nahiz urrun daudenak ikusteko.



ARTXIBOKOA

Komea lente finkoa da, baina kristalinoak konkortzeko gaitasuna duenez, gertutik ikusteko aukera ematen digu. Denborarekin, ordea, kristalinoak konkortzeko gaitasun hori galdu egiten du. Eta horrek presbizia eragiten du.

Zein dira sintomak?

Presbizia erraz antzeman eta diagnostikatzen da. Gertutik ondo ikusteko zailtasun gero eta gehiago ditugula konturatzeko gara, medikuarengana joan beharrik gabe. Gauzak urrutiratu egin behar ditugu hobeto ikusteko. Hori dela eta, presbiziari "beso luzeen sindromea" ere esaten zaio, eta ohikoa da egunkaria irakurtzeko besoak jarrera horretan jartzea, luza-luza eginda. Bestetik, ira-

kurtzeko gero eta argi gehiago beharko dugu. Begietako nekea, buruko mina, eta beste sintoma batzuk ere ager daitezke.

Zer betaurreko-klase aukeratu?

Ikusmen nekatua diagnostikatuz gero, ikusmena zuzentzeko neurririk egokienak hartu behar dira.

Botikako betaurrekoak

Aurrez prestatutako betaurrekoak dira, graduazio estandarra dute, eta zuzenean botikan erosi daitezke, aldeaz aurretik inolako azterketa edo miaketa oftalmologikorik egin gabe. Presbitak urrutira ikusteko inolako arazorik ez

badu, batere problemarik gabe erabil ditzake botikako betaurrekoak, optikan egingo dizkiotenen oso antzekoak direlako. Baina, adibidez, astigmatismo pixka bat baldin badu, erosoago sentituko da optikako betaurrekoekin, ikusmen nekatuaz gain, beste akats hori ere (astigmatismoa) zuzenduko diotelako.

Ilargierdi moduko betaurrekoak

Handitze-betaurreko konbentzionalak dira, baina, duten forma bereziari esker, betaurrekoen gainetik begiratzeko aukera ematen dute. Oso egokiak dira bestelako ikusmen-arazorik ez dutenentzat.

Betaurreko bifokalak

Betaurreko hauei esker, gertutik ongi ikus daiteke (lentearen beheko aldea erabiliz), eta baita urrutira ere (goiko aldea erabiliz). Horrela, urrutiko eta gertuko ikusmena, biak, txandaka daitezke, eta, hori lortzeko, aski da begiak beharantz edo gorantz mugitzea. Baina badu eragozpen bat: lenteetako kristala bitan banatzen duen lerroa oso ikusgarria da, eta hori estetikaren kontrakoa gertatzen zaio bati baino gehiagori.

Betaurreko progresiboak

Funtzionamendua aurrekoen oso antzekoa da, baina kristalaren goialdearen eta behealdearen artean tarteko distantziatarako erabili beharreko beste zona batzuk daude. Gainera, kristalaren



Presbizia erraz antzematen da. Medikuarengana joan beharrik gabe gertutik ondo ikusteko gero eta zailtasun gehiago ditugula konturatzen gara.

muga-lerro hori ez da hain ikusgarria, eta estetikaren aldetik aurrekoak baino txukunagoak dira.

Begiarentzat gauza bera da lente progresiboak edo bifokalak eramatea, baina progresiboak erosoagoak dira, tarteko ikusmena ahalbidetzen dutelako. 40 urterekin, oraindik dioptria bakarraz ari garenean, ez dago tarteko ikusmenaren arazorik, baina kontua 2-3 dioptriakoa baldin bada, espazio edo tarte bat geratzen da gertuko eta urruneko ikusmenen artean (eta lente progresiboak eremu edo espazio horixe estaltzen du).

*“denborarekin,
kristalinoak
konkortzeko
gaitasuna galdu
egiten du eta
horrek presbizia
eragiten du”*

Lentilla progresiboak

Lentillak aukera ona dira itxurak kezkatzen dituen pertsonentzat, baldin eta horietara moldatzea lortzen badute. Eta ez da batera erraza. Oro har, lentilla hauek ez dute emaitza onik ematen. Zergatik? Graduazio kontzentrikoa dutelako, eta, beraz, pazienteak ikasi egin behar duelako horiekin ikusten, eta ez da hain erraza egokitzea. Batez beste, presbizia duten hamar pertsonatik bakarra moldatzen da ongi lentillekin.

Metodo berriak

Etorkizunean, betaurrekoen gain, beste metodo zuzentzaile batzuk ere erabili ahal izango dira. Gaur egun, kristalinoaren kasuan gel bat ezartzea aztertzen ari dira. Kristalinoa gelatinaz betetako poltsa baten antzekoa da. Horrez gain, bada muskulu bat, kristalinoa uzurtu eta luzatu egiten duena, eta, hala, lodiagoa edo finagoa bihurtu; eta horrexek ematen digu gertutik fokatzeko aukera.



Lentillek ez dute emaitza onik ematen presbiziari aurre egiteko.

Ikerketa-lerro horren asmoa berezko kristalinoaren ordez gel bat erabiltzea da; gel horrek gutxi gorabehera kristalinoaren eginkizun berberak edukiko lituzke.

Noiz jarri behar ditut betaurrekoak?

Betaurrekoak jartzeko une egokia zein den pertsona bakoitzak erabakitzen du: beharra sentitutakoan. Ohiko distantzian irakurtzea nekeza edo aspergarria gertatzen zaigula konturatzen garenean, orduantxe. Hasieran, aski da egunkariak edo liburuak zertxobait urruntzearekin. Baina hainbeste urruntzearen poderioz, letra txikiak ezin ditugu ikusi. Horixe da betaurrekoak jartzea pentsatzen hasteko unea.

Kalte egiten du betaurrekoak garaia baino lehen jartzeak?

Ez da kaltegarria. Baina egia da begia ohitu egiten dela betaurrekoetara, eta gero ezin duela horiek gabe funtzionatu. Gertuko betaurrekoekin askoz hobeto ikusi edo irakurri ahal izango dugu, baina gerta liteke, baita ere, esfortzu txikiagoa egiten ohitzea, eta orduan begia erlaxatu egiten da, eta ezin du betaurrekorik gabe funtzionatu.