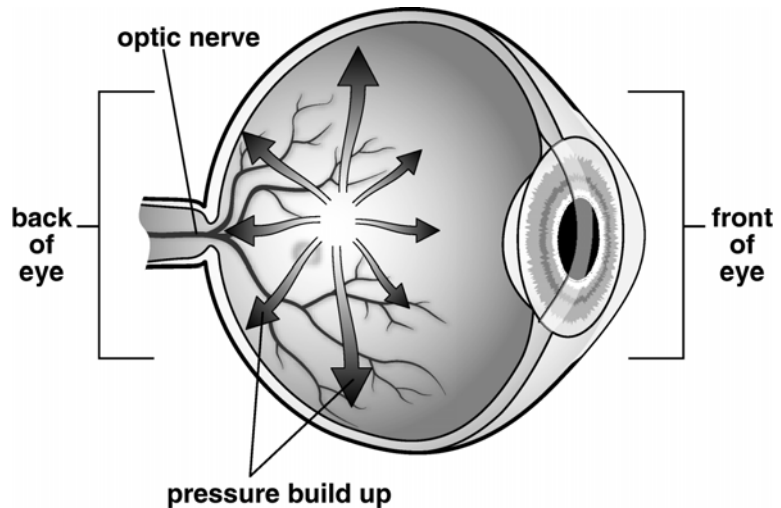


# Glaucoma

Glaucoma is an eye disease that can cause vision loss or blindness. With glaucoma, fluid builds up in the eye, which puts pressure on the back of the eye. This pressure injures the optic nerve and causes vision loss. Side vision is often affected first, followed by front vision.



## Types of Glaucoma

There are two main types of glaucoma:

- **Open-angle glaucoma** often has no signs until it reaches an advanced stage. The pressure slowly damages the optic nerve over time. This affects both eyes but you may have signs in one eye first.
- **Angle-closure glaucoma** has a very fast rise in pressure and sudden signs. Permanent vision loss can occur within one day so it is very important to seek medical care right away.

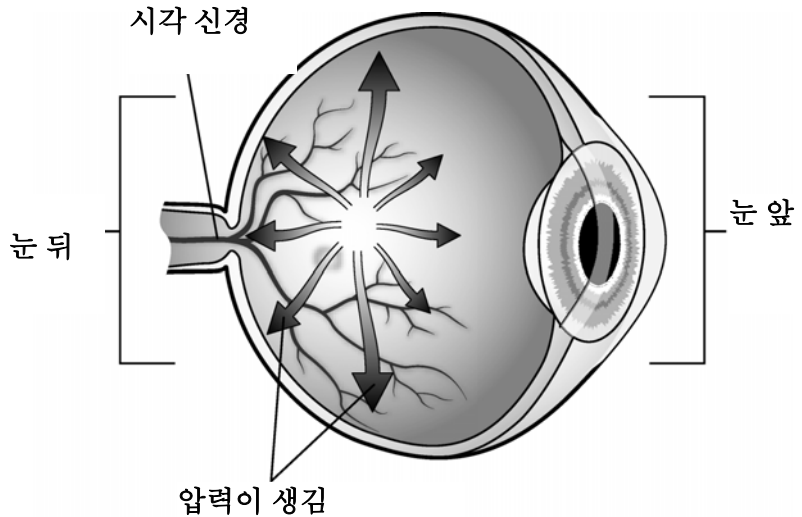
## Risk Factors

You are at risk for developing glaucoma if you:

- Have a family member with glaucoma
- Have diabetes, high blood pressure, heart disease or hypothyroidism
- Are nearsighted
- Have had an injury to the eye, certain eye surgeries or chronic eye inflammation

# 녹내장

녹내장이란 시력 손실이나 실명을 가져오는 질환입니다. 녹내장이 생기면, 눈 안에 물이 차면서 눈 뒤에 압력이 가해집니다. 이 압력은 시각신경을 상하게 하여 시력을 잃게 합니다. 즉면 시각이 일반적으로 먼저 상한 다음 앞 시각이 상합니다.



## 녹내장 종류

크게 두 가지 종류의 녹내장이 있습니다:

- 개방각 녹내장은 질환이 상당히 진전될 때까지 증세가 없습니다. 장기간에 걸쳐 압력이 시각신경을 서서히 파괴합니다. 두 눈에 모두 영향을 주지만 우선 한 눈에만 증상이 생길 수 있습니다.
- 폐쇄각 녹내장은 압력이 급격히 상승하면서 증상이 급작히 나타납니다. 하루 안에 영구적인 시력 손실이 올 수 있기 때문에 즉시 치료를 받는 점이 중요합니다.

## 위험 요소들

아래와 같은 경우 녹내장이 생길 수 있는 위험이 높습니다:

- 가족 중에 녹내장 있는 사람이 있다
- 당뇨, 고혈압, 심장질환 또는 갑상선 기능부전이 있다
- 근시안이다
- 눈에 부상을 입었거나, 눈 수술을 했거나 만성적이 눈에 염증이 있다

- Have been taking steroids for long periods of time
- Are over age 60
- Are African-American or Mexican-American
- Are of Asian-American descent – this puts you at increased risk for angle-closure glaucoma

## **Signs**

Glaucoma may have no signs until there is vision loss. Other signs you may have:

- Blurred vision
- Halos around lights
- Loss of peripheral or side vision
- Tunnel vision
- Red eyes
- Severe eye pain
- Nausea and vomiting

## **Treatment**

Your eye doctor may do tests to check your:

- Eye pressure
- Optic nerve
- Vision

Glaucoma cannot be cured and damage cannot be reversed. But with treatment, eye pressure can be decreased and further vision loss can be prevented. Eye drops are the most common early treatment for glaucoma. Other treatments may include oral medicines, laser treatment or surgery. When you have glaucoma, it must be treated for the rest of your life.

- 스테로이드를 장기간 복용해 왔다
- 60 세 이상이다
- 흑인 또는 멕시코 혈통이다
- 아시안 혈통 - 폐쇄각 녹내장에 걸릴 위험이 높다

## 증상

녹내장은 시력을 상실할 때까지 증상이 없을 수 있습니다. 그 밖의 증상으로는:

- 시야가 흐리다
- 불빛에 후광이 보인다
- 주변 시각 또는 측면 시각 손실
- 터널 시각
- 충혈
- 심한 눈 통증
- 멀미 또는 구토

## 치료

안과 의사가 다음을 테스트 할 것입니다:

- 안압
- 시각 신경
- 시력

녹내장은 치료가 불가능하며 일단 시각 신경이 파괴되면 회복이 되지 않습니다. 하지만, 치료를 받으면 안압이 낮아지고 그 이상의 시력 손실을 예방할 수 있습니다. 녹내장 초기 치료에 안약이 가장 흔히 처방됩니다. 그밖에 다른 치료 방법으로는 먹는 약, 레이저 치료나 수술이 있습니다. 녹내장이 있는 분들은 평생 치료를 받아야 합니다.

## **Your Care**

There is no proven way to prevent glaucoma. If increased eye pressure is detected and treated early, it can decrease loss of vision and prevent blindness.

- Have your eyes checked and tested for glaucoma at least every five years after age 40. If your pressure readings begin to rise, you will need to have eye exams more often.
- To prevent increased pressure in your eyes:
  - Find ways to cope with stress.
  - Exercise regularly.
  - Limit caffeine.
  - Eat a healthy diet of fruits and vegetables.
  - Wear eye protection during work or with sports to prevent injury.
- Control your diabetes, high blood pressure, cholesterol and heart disease.
- Do not use herbal remedies that are advertised for glaucoma treatment. These are not proven effective and may delay your getting proper treatment.

**Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.**

## 관리 방법

녹내장을 예방할 수 있는 입증된 방법이 아직 없습니다. 안압이 높아질 때 조기 치료를 받으면, 시력 상실을 줄이고 실명을 예방할 수 있습니다.

- 40 세 이상이 되면 최소 5 년마다 눈검사를 받고 녹내장 테스트를 받으십시오. 안압이 상승하기 시작하면, 눈검사를 좀 더 자주 받을 필요가 있습니다.
- 안압 상승을 예방하려면:
  - 스트레스 해결 방법을 찾는다.
  - 정기적으로 운동한다.
  - 카페인 섭취를 줄인다.
  - 과일과 채소를 많이 먹는다.
  - 작업을 할 때 또는 운동할 때 보호 안경을 끼어 부상을 예방한다.
- 당뇨와 고혈압, 콜레스테롤, 심장질환을 관리한다.
- 녹내장이 좋다는 광고를 보고 약초나 한약을 복용하지 않는다. 입증된 효과가 없으며 오히려 적절한 치료를 지연시킬 수 있다.

궁금한 점이나 염려되는 점이 있으면 의사나 간호사와 상의하십시오.