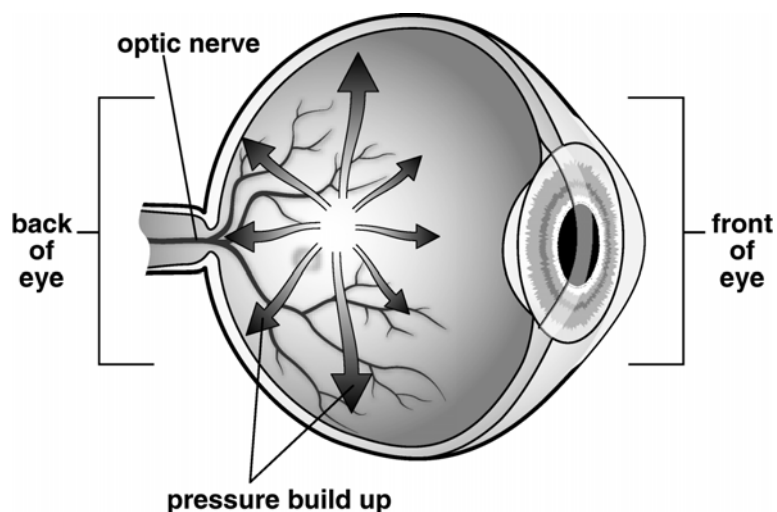


Glaucoma

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.

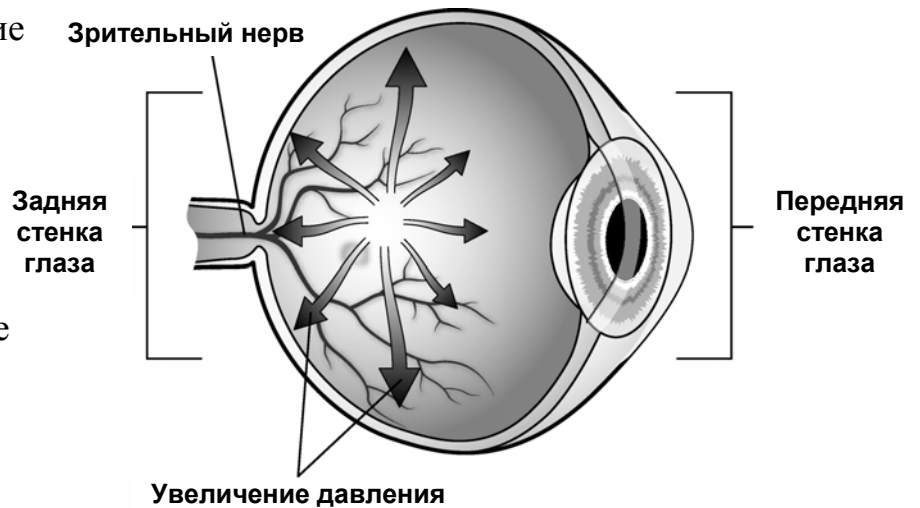
Risk Factors

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

Глаукома

Глаукома – это заболевание глаз, которое может привести к ухудшению зрения или слепоте. При глаукоме в глазу накапливается жидкость, которая давит на заднюю стенку глаза. Это давление повреждает зрительный нерв и приводит к ухудшению зрения. Сначала поражается боковое зрение, а затем фронтальное зрение.



Виды глаукомы

Существует два основных вида глаукомы:

- **Открытоугольная глаукома** зачастую не имеет никаких симптомов до тех пор, пока она не переходит в позднюю стадию. С течением времени давление медленно разрушает зрительный нерв. При этом поражаются оба глаза, но у вас сначала могут быть симптомы в одном глазу.
- **Закрытоугольная глаукома** характеризуется очень быстрым увеличением давления и внезапными симптомами. Постоянная потеря зрения может произойти за один день, поэтому очень важно сразу обратиться за медицинской помощью.

Факторы риска

Вы подвержены риску возникновения глаукомы, если:

- Глаукомой болеет кто-то из членов Вашей семьи
- У Вас диабет, повышенное кровяное давление, сердечное заболевание или гипотиреоз
- У Вас близорукость
- У Вас было повреждение глаза, хирургическая операция на глазу или хроническое воспаление глаз

- Have been taking steroids for long periods of time
- Are over age 60
- Are African-American or Mexican-American
- Are of Asian-American decent – 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.

- Вы в течение длительного времени принимали стероиды
- Вы старше 60 лет
- Вы американец африканского или мексиканского происхождения
- Ваши предки были из Азии – в этом случае у Вас повышенный риск заболевания закрытоугольной глаукомой

Симптомы

Глаукома может проходить без каких-либо симптомов до тех пор, пока не наступит ухудшение зрения. Среди других симптомов могут быть:

- Размытое зрение
- Ореол вокруг источников света
- Потеря периферийного или бокового зрения
- Трубочатое зрение
- Покраснение глаз
- Сильная боль в глазах
- Тошнота и рвота

Лечение

Ваш глазной врач может провести обследования для проверки Вашего:

- Глазного давления
- Зрительного нерва
- Зрения

Глаукому невозможно излечить, и повреждения невозможно восстановить. Однако с помощью лечения глазное давление можно уменьшить и предотвратить дальнейшее ухудшение зрения. Наиболее распространенным способом лечения ранней стадии глаукомы являются глазные капли. Другие способы лечения могут включать в себя прием лекарств, лазерное лечение или операцию. Если у Вас глаукома, вы должны заниматься ее лечением до конца жизни.

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.

Медицинский уход

Доказанных методов предотвращения глаукомы не существует. Если вовремя обнаружить и начать лечение повышенного глазного давления, это может уменьшить потерю зрения и предотвратить слепоту.

- После 40 лет проверяйте свои глаза на глаукому по крайней мере раз в пять лет. Если давление начинает расти, Вам понадобятся более частые проверки.
- Для предотвращения повышения глазного давления:
 - Научитесь справляться со стрессом.
 - Регулярно делайте физические упражнения.
 - Ограничьте употребление кофеина.
 - Ешьте здоровую пищу из фруктов и овощей.
 - Для предотвращения травм во время работы или занятий спортом носите средства защиты глаз.
- Контролируйте течение диабета, повышенное кровяное давление, холестерин и сердечные заболевания.
- Не используйте лечебные средства из трав, которые рекламируются для лечения глаукомы. Их эффективность не доказана, а это может вызвать задержку получения нужного лечения.

Если у Вас есть какие-либо вопросы или опасения, обратитесь к Вашему врачу или медсестре.