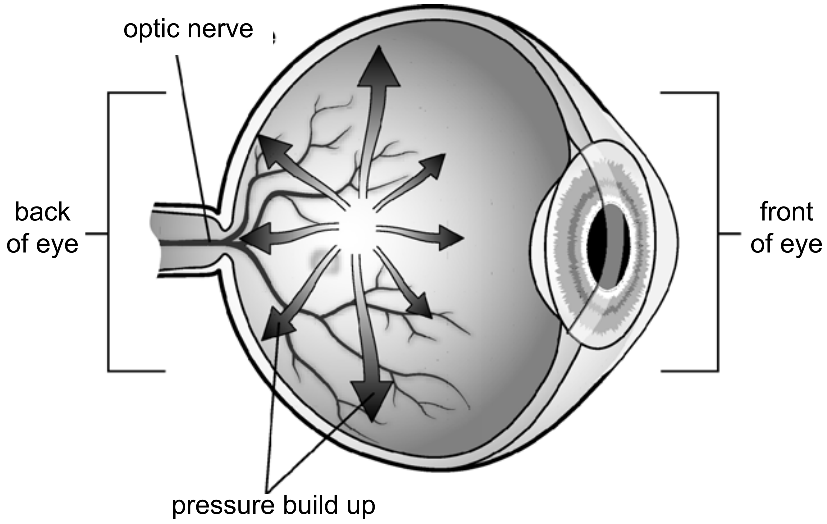
Glaucoma

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.

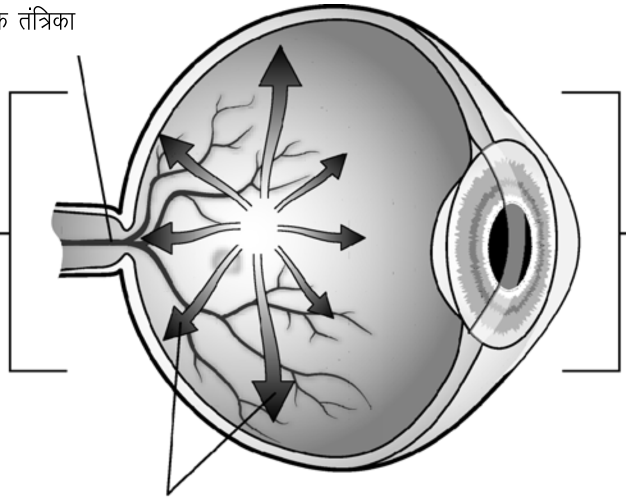
Risk Factors

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
- Have been taking steroids for long periods of time

ग्लूकोमा

ग्लूकोमा आंख का एक रोग होता है जिससे दृष्टि की हानि या अंधता हो सकती है। ग्लूकोमा होने पर, आंख में द्रव की मात्रा बढ़ जाती है जिससे आंख के पृष्ठ भाग पर दबाव पड़ता हैयह दबाव दृष्टि तंत्रिका को नुकसान पहुंचाता है और दृष्टि की हानि काकारण बनता है। प्रायः पहले पार्श्व दृष्टि प्रभावित होती है, और इसके बाद सामने की दृष्टि पर प्रभाव पड़ता है।



ग्लूकोमा के प्रकार

ग्लूकोमा के दो मुख्य प्रकार हैंः

- **ओपन–एंगल ग्लूकोमा** के लक्षण प्रायः तब तक प्रकट नहीं होते जब तक कि यह उन्नत अवस्था में न पहुंच जाए। समय के साथ दबाव धीरे–धीरे दृष्टि तंत्रिका को नुकसान पहुंचाता जाता है। यह दोनों आंखों को प्रभावित करता है लेकिन हो सकता है कि आपको पहले एक आंख के लक्षणों का पता चले।
- **एंगल–क्लोज़र ग्लूकोमा** में दबाव बहुत तेजी से बढ़ता है और लक्षण अचानक प्रकट होते हैं। लगभग एक दिन के अंदर स्थाई रूप से दृष्टिहीनता हो सकती है इसलिए तुरंत चिकित्सकीय देखभाल प्राप्त करना बहुत आवश्यक होता है।

जोखिम वाले कारक

आपको ग्लूकोमा होने का खतरा है यदिः

- आपके परिवार के किसी सदस्य को ग्लूकोमा हो
- आप को डायबिटीज़, उच्च रक्तचाप, हृदय रोग या हाइपोथायरॉयडिज़्म हो
- आपको निकट दृष्टिदोष हो
- आप को आंख में कभी चोट लगी हो, आंख की कुछ खास शल्यक्रियाएं हुई हों या लंबे समय से आंखों में जलन रहती हो
- आप लंबे समय से स्टेरॉयड ले रहे हों

- 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.

- आप 60 वर्ष से अधिक आयु के हों
- आप अफ्रीकी–अमेरिकी या मेक्सिकन–अमेरिकी हों
- एशियाई–अमेरिकी मूल के हों – इससे आपको एंगल–क्लोज़र ग्लूकोमा होने का जोखिम बढ़ जाता है

लक्षण

हो सकता है कि दृष्टिहीनता होने तक ग्लूकोमा के कोई लक्षण प्रकट न हों। आपके अन्य लक्षणों में निम्न हो सकते हैं:

- धुंधला नजर आना
- प्रकाश के इर्द–गिर्द प्रभामंडल दिखना
- परिधिगत या पार्श्व दृष्टि खो देना
- सीमित वृत्तीय दृष्टि
- लाल आंखें
- आंखों में बहुत तेज दर्द होना
- मतली और उल्टी आना

उपचार

आपका नेत्र चिकित्सक निम्नलिखित की जांच के लिए आपका परीक्षण कर सकता है:

- आंख का दबाव
- दृष्टि तंत्रिका
- दृष्टि

ग्लूकोमा का इलाज नहीं किया जा सकता और इससे हुए नुकसान को ठीक नहीं किया जा सकता है। लेकिन उपचार से, आंख पर दबाव कम किया जा सकता है और आगे हो सकने वाली दृष्टि की हानि को रोका जा सकता है। ग्लूकोमा के आरंभिक उपचार के लिए आंख में दवा डालना सबसे सामान्य है। अन्य उपचारों में मुंह से दवाई लेना, लेज़र उपचार या शल्यक्रिया कराना शामिल हो सकता है। अगर आपको ग्लूकोमा हो, तो जीवन भर आपको इसका उपचार कराना होता है।

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.

2007 – 11/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.

अपनी देखभाल

ग्लूकोमा को रोकने का कोई प्रमाणित तरीका नहीं है। यदि आंख में बढ़ते दबाव का पता चल जाए और आरंभ में ही इसका उपचार कर दिया जाए, तो इससे दृष्टि की हानि को कम किया जा सकता है और अंधता से बचा जा सकता है।

- 40 वर्ष की आयु के बाद कम से कम पांच वर्ष में एक बार अपनी आंखों की जांच कराएं और ग्लूकोमा के लिए परीक्षण कराएं। यदि आपके आंख का दबाव बढ़ने लगे, तो आपको और भी जल्दी–जल्दी आंखों का परीक्षण कराने की आवश्यकता होती है।
- अपने आंखों के दबाव को बढ़ने से रोकने के लिए यह करें:
  - तनाव का सामना करने के तरीके तलाशें।
  - नियमित रूप से व्यायाम करें।
  - कैफीन का सीमित प्रयोग करें।
  - फलों और सब्जियों का स्वास्थ्यप्रद आहार लें।
  - चोट से बचने के लिए काम या खेल–कूद के दौरान आंख की सुरक्षा करने वाले उपकरण पहनें।
- अपनी डायबिटीज़, उच्च रक्तचाप, कोलेस्ट्रॉल और हृदय रोग को नियंत्रित रखें।
- ग्लूकोमा के उपचार के लिए प्रचारित किए जाने वाले हर्बल निदानों का प्रयोग न करें। इनकी प्रभाविता प्रमाणित नहीं है और इनसे उचित उपचार प्राप्त करने में विलंब हो सकता है।

यदि आपके कोई सवाल या चिंताएं हो तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें।

2007 – 11/2011 Health Information Translations

Unless otherwise stated, user may print or download information from www.healthinfotranslations.org for personal, non-commercial use only. The medical information found on this website should not be used in place of a consultation with your doctor or other health care provider. You should always seek the advice of your doctor or other qualified health care provider before you start or stop any treatment or with any questions you may have about a medical condition. The Ohio State University Medical Center, Mount Carmel Health System, OhioHealth and Nationwide Children's Hospital are not responsible for injuries or damages you may incur as a result of your stopping medical treatment or your failure to obtain medical treatment.