



ग्लूकोमा जानकारी पत्रक

ग्लूकोमा क्या है?

ग्लूकोमा एक आंख की स्थिति है जो आपकी आंख के भीतर की नस को धीरे-धीरे नुकसान पहुंचा सकती है, जिससे आप देख सकते हैं। यह आमतौर पर समय के साथ होता है और यह दर्द का कारण नहीं बनता। कई लोगों को तब तक यह पता नहीं चलता कि उन्हें ग्लूकोमा है जब तक वे अपनी दृष्टि खोना शुरू नहीं कर देते या आंखों की जांच के दौरान इसका पता नहीं चलता।

इसके कारण क्या हैं?

आपकी आंख के अंदर एक साफ तरल होता है जिसे बाहर निकलने की आवश्यकता होती है ताकि आपकी आंख का दबाव स्वस्थ स्तर पर बना रहे। यदि तरल बहुत धीमी गति से बाहर निकलता है, तो आंख के अंदर का दबाव बहुत अधिक हो सकता है। समय के साथ, उच्च दबाव आपकी आंख की नस को नुकसान पहुंचा सकता है और आपकी दृष्टि के कुछ हिस्सों को खोने का कारण बन सकता है।

कुछ लोगों को ग्लूकोमा तब भी हो सकता है जब उनकी आंख का दबाव अधिक नहीं होता। यह खराब रक्त प्रवाह या आंख में अन्य परिवर्तनों के कारण हो सकता है जो नस को प्रभावित करते हैं।

किसे जोखिम है?

आपको ग्लूकोमा होने की संभावना अधिक है यदि आप:

- उच्च आंख का दबाव रखते हैं
- 40 वर्ष से अधिक आयु के हैं
- आपके परिवार में ग्लूकोमा का इतिहास है
- अफ्रीकी, हिस्पैनिक, या एशियाई हैं
- मधुमेह या उच्च रक्तचाप है
- लंबे समय तक या उच्च खुराक में स्टेरॉयड दवाएं लेते हैं



लक्षण क्या हैं?

ग्लूकोमा के शुरुआती चरणों में अक्सर कोई लक्षण नहीं होते। जैसे-जैसे यह बढ़ता है:

- साइड (पेरिफेरल) दृष्टि धीरे-धीरे खराब हो सकती है
- केंद्रीय दृष्टि आमतौर पर बाद में प्रभावित होती है
- यदि अनुपचारित रह जाए, तो यह अंधापन का कारण बन सकता है

क्योंकि ग्लूकोमा अक्सर बिना लक्षणों के शुरू होता है, नियमित आंख परीक्षण बहुत महत्वपूर्ण हैं।

इसका निदान कैसे किया जाता है?

ग्लूकोमा आमतौर पर एक आंख परीक्षण के दौरान पाया जाता है, जिसमें शामिल हो सकते हैं:

- आंख का दबाव जांचना
- आपकी आंख की नस को देखना (माइक्रोस्कोप, स्कैन, या फोटो के साथ)
- आपकी आंख और दृष्टि के अन्य परीक्षण

उपचार विकल्प

ग्लूकोमा का इलाज नहीं हो सकता, और खोई हुई दृष्टि वापस नहीं लाई जा सकती। लेकिन उपचार आपकी शेष दृष्टि की रक्षा कर सकता है। आपका डॉक्टर अनुशंसा कर सकता है:

- आई ड्रॉप्स
- लेजर उपचार
- सर्जरी

ग्लूकोमा के साथ जीना

- सुनिश्चित करें कि आप अपनी आई ड्रॉप्स हर दिन, निर्देशानुसार लें



- अपनी ग्लूकोमा की निगरानी के लिए सभी फॉलो-अप विज़िट पर जाएं
- यदि आपको अपने आई ड्रॉप्स के उपयोग में कोई दुष्प्रभाव या समस्या होती है, तो अपने डॉक्टर को बताएं

अक्सर पूछे जाने वाले प्रश्न

प्रश्न: क्या ग्लूकोमा का इलाज किया जा सकता है?

उत्तर: नहीं, लेकिन इसे लंबे समय तक चलने वाले उपचार से आमतौर पर नियंत्रण में रखा जा सकता है।

प्रश्न: क्या मैं ग्लूकोमा से अंधा हो सकता हूँ?

उत्तर: हाँ, यदि इसका इलाज नहीं किया गया। उचित देखभाल के साथ, अधिकांश लोग जीवन भर उपयोगी दृष्टि बनाए रखते हैं।

प्रश्न: क्या मुझे सर्जरी की आवश्यकता होगी?

उत्तर: कई लोग ड्रॉप्स या लेजर से अच्छा करते हैं। आपका डॉक्टर इस पर चर्चा करेगा कि क्या सर्जरी आपके लिए सबसे अच्छा विकल्प है।

इस दस्तावेज़ की समीक्षा डॉ. स्टीव अर्शिनोफ द्वारा की गई थी।