



ਗਲੂਕੋਮਾ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੱਤਰ

ਗਲੂਕੋਮਾ ਕੀ ਹੈ?

ਗਲੂਕੋਮਾ ਇੱਕ ਅੱਖ ਦੀ ਬੀਮਾਰੀ ਹੈ ਜੋ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਅੱਖ ਅੰਦਰਲੇ ਨਾੜ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਜੋ ਤੁਹਾਨੂੰ ਦੇਖਣ ਦਾ ਸਾਧਨ ਬਣਦੀ ਹੈ। ਇਹ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਸਮੇਂ ਨਾਲ ਹੁੰਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ। ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਉਸ ਸਮੇਂ ਤਕ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ ਕਿ ਉਨ੍ਹਾਂ ਨੂੰ ਗਲੂਕੋਮਾ ਹੈ ਜਦ ਤਕ ਉਨ੍ਹਾਂ ਦੀ ਨਜ਼ਰ ਘਟਣ ਨਹੀਂ ਲੱਗਦੀ ਜਾਂ ਕਿਸੇ ਅੱਖ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਪਤਾ ਨਹੀਂ ਲਗਦਾ।

ਇਸਦਾ ਕਾਰਨ ਕੀ ਹੈ?

ਤੁਹਾਡੀ ਅੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰ ਇੱਕ ਸਾਫ਼ ਤਰਲ ਪਦਾਰਥ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਜਿਹੜਾ ਨਿਕਾਸ ਹੋਣ ਦੀ ਲੋੜ ਹੁੰਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਅੱਖ ਦਾ ਦਬਾਅ ਸਿਹਤਮੰਦ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਰਹਿ ਸਕੇ। ਜੇ ਇਹ ਤਰਲ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਨਿਕਲਦਾ ਹੈ ਤਾਂ ਅੱਖ ਦੇ ਅੰਦਰਲੀਆਂ ਦਬਾਵ ਇੱਕ ਵੱਡੀ ਪੱਧਰ 'ਤੇ ਚੜ੍ਹ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਉੱਚਾ ਦਬਾਈ ਨੇ ਅੱਖ ਵਿੱਚ ਨਾੜ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾ ਸਕਦੀ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੇ ਵਿਜ਼ਨ ਦੇ ਕੁਝ ਹਿੱਸੇ ਖੋ ਸਕਦੇ ਹਨ।

ਕੁਝ ਲੋਕਾਂ ਨੂੰ ਸੁਧਾਰ ਦੇ ਬਗ਼ੈਰ ਦਰਦ ਨਹੀਂ ਹੁੰਦੀ, ਇਹ ਖਰਾਬ ਖੂਨ ਦੇ ਪ੍ਰਭਾਵ ਜਾਂ ਅੱਖ ਵਿੱਚ ਹੋ ਰਹੇ ਹੋਰ ਤਬਦੀਲੀਆਂ ਦੀ ਵਜ੍ਹਾ ਤੋਂ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜੋ ਨਾੜ ਨੂੰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਕਰਦੀਆਂ ਹਨ।

ਕਿਸਨੂੰ ਖਤਰਾ ਹੈ?

ਤੁਸੀਂ ਗਲੂਕੋਮਾ ਦੇ ਵਧੇਰੇ ਸੰਭਾਵਨਾ ਵਾਲੇ ਹੋ, ਜੇ:

- ਉੱਚ ਅੱਖ ਦਬਾ ਰਹੇ ਹੋ
- 40 ਤੋਂ ਵੱਧ ਆਮਰ ਰੱਖਦੇ ਹੋ
- ਗਲੂਕੋਮਾ ਦੀ ਪਰਿਵਾਰਕ ਪਿਛੋਕੜ ਹੈ
- ਅਫ਼ਰੀਕਨ, ਹਿਸਪਾਨਿਕ ਜਾਂ ਏਸ਼ੀਆਈ ਹੋ
- ਸ਼ੂਗਰ ਜਾਂ ਉੱਚ ਰਕਤ ਦਬਾ ਰਹੇ ਹੋ
- ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਲਈ ਜਾਂ ਬਹੁਤ ਜ਼ਿਆਦਾ ਮਾਤਰਾ ਵਿੱਚ ਸਟੀਰਾਇਡ ਦਵਾਈਆਂ ਵਰਤ ਰਹੇ ਹੋ



ਲੱਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਗਲੂਕੋਮਾ ਅਕਸਰ ਪਹਿਲਾਂ ਕੋਈ ਲੱਛਣ ਨਿਟ ਨਹੀਂ ਆਪਣੇ। ਜਿਵੇਂ ਇਹ ਵੱਧਦਾ ਹੈ:

- ਪਾਸੇ ਦੀ ਨਜ਼ਰ (ਪਰਿਵਿਸ਼ਨ) ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਖਰਾਬ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ
- ਇਸਦੇ ਬਾਅਦ ਕੇਂਦਰੀ ਨਜ਼ਰ ਪ੍ਰਭਾਵਿਤ ਹੁੰਦੀ ਹੈ
- ਜੇ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਇਹ ਅੰਨ੍ਹੇਪਣ ਤੇ ਲੰਘ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਕਿਉਂਕਿ ਗਲੂਕੋਮਾ ਅਕਸਰ ਬਿਨਾਂ ਕਿਸੇ ਲੱਛਣ ਦੇ ਸ਼ੁਰੂ ਹੁੰਦਾ ਹੈ, ਨਿਮਾਡੀ ਅੱਖ ਦੀ ਜਾਂਚ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਇਸ ਦੀ ਪਛਾਣ ਕਿਵੇਂ ਹੁੰਦੀ ਹੈ?

ਗਲੂਕੋਮਾ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਕਿਸੇ ਅੱਖ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੌਰਾਨ ਪਾਇਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੋ ਸ਼ਾਮਲ ਕਰ ਸਕਦੀ ਹੈ:

- ਅੱਖ ਦੇ ਦਬਾ ਦੀ ਜਾਂਚ
- ਅੱਖ ਦੀ ਨਾੜ ਨੂੰ ਦੇਖਣਾ (ਮਾਇਕਰੋਸਕੋਪ, ਸਕੈਨ, ਜਾਂ ਫੋਟੋ ਨਾਲ)
- ਤੁਹਾਡੀ ਅੱਖ ਅਤੇ ਵਿਜ਼ਨ ਦੇ ਹੋਰ ਟੈਸਟ

ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪ

ਗਲੂਕੋਮਾ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ, ਅਤੇ ਗੁਆਈ ਨਜ਼ਰ ਮੁੜ ਨਹੀਂ ਮਿਲ ਸਕਦੀ। ਪਰ ਇਲਾਜ ਤੁਹਾਡੀ ਬਚੀ ਹੋਈ ਨਜ਼ਰ ਦੀ ਰੱਖਿਆ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਸਲਾ ਦੇ ਸਕਦੇ ਹਨ:

- ਅੱਖ ਦੀਆਂ ਬੂੰਦੀਆਂ
- ਲੇਜ਼ਰ ਇਲਾਜ
- ਸਜਰੀ

ਗਲੂਕੋਮਾ ਦੇ ਨਾਲ ਜੀਣਾ

- ਆਪਣੇ ਅੱਖ ਦੀਆਂ ਬੂੰਦੀਆਂ ਹਰ ਰੋਜ਼ ਵਰਤਣਾ ਯਕੀਨੀ ਬਣਾਓ, ਜਿਵੇਂ ਨਿਰਦੇਸ਼ਿਤ ਹੈ



- ਗਲੂਕੋਮਾ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਸਭ ਫਾਲੋ-ਅਪ ਮੀਟਿੰਗਾਂ 'ਤੇ ਜਾਓ
- ਆਪਣੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਦੱਸੋ ਜੇ ਤੁਹਾਨੂੰ ਕੋਈ ਸਾਈਡ ਇਫੈਕਟ ਜਾਂ ਅੱਖ ਦੀਆਂ ਬੂੰਦੀਆਂ ਵਰਤਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਆਉਂਦੀ ਹੈ

ਅਕਸਰ ਪੁੱਛੇ ਜਾਂਦੇ ਸਵਾਲ

Q: ਕੀ ਗਲੂਕੋਮਾ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ?

A: ਨਹੀਂ, ਪਰ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਦੇ ਇਲਾਜ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਆਮ ਤੌਰ 'ਤੇ ਨਿਯੰਤਰਿਤ ਕੀਤਾ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

Q: ਕੀ ਮੈਂ ਗਲੂਕੋਮਾ ਤੋਂ ਅੰਨ੍ਹਾ ਹੋ ਸਕਦਾ ਹਾਂ?

A: ਹਾਂ, ਜੇ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਗਿਆ। ਸਹੀ ਇਲਾਜ ਨਾਲ, ਮਹੱਤਵਪੂਰਨ ਨਜ਼ਰ ਅਕਸਰ ਜ਼ਿੰਦਗੀ ਲਈ ਬਚਾਈ ਜਾਂਦੀ ਹੈ।

Q: ਕੀ ਮੈਨੂੰ ਸਜਰੀ ਦੀ ਲੋੜ ਪਵੇਗੀ?

A: ਕਈ ਲੋਕ ਬੂੰਦੀਆਂ ਜਾਂ ਲੇਜ਼ਰ ਨਾਲ ਚੰਗਾ ਕਰ ਜਾਂਦੇ ਹਨ। ਤੁਹਾਡੇ ਡਾਕਟਰ ਸੰਭਾਵਿਤ ਕਰਾਂਗੇ ਕਿ ਕੀ ਸਜਰੀ ਤੁਹਾਡੇ ਲਈ ਸਭ ਤੋਂ ਵਧੀਆ ਵਿਕਲਪ ਹੈ।

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਦੀ ਸਮੀਖਿਆ ਡਾ. ਸਟੀਵ ਆਰਸ਼ੀਨੇਫ ਨੇ ਕੀਤੀ ਸੀ।