

ДАТА

Зрение бесценно - его нужно беречь

В основе глазных патологий всегда лежит врожденный дефект генетического кода

8 августа во всем мире отмечается **Международный день офтальмологии**. Идея сделать этот день знаменательной датой была предложена в 2004 году российским медиком Тамазом Мчедлидзе как признание деятельности талантливого советского глазного хирурга **Святослава Николаевича Федорова**.

Галия АЛИЕВА,
«Бакинский рабочий»

Празднование Международного дня офтальмологии - это признание важности и эффективности тяжелого труда специалистов отрасли, улучшение международных связей и обмена опытом в данной сфере. Также это возможность для многих людей записаться и попасть на прием к лучшим из высококвалифицированных врачей и получить качественную помощь.

Когда речь заходит о Баку, мы говорим о Национальном центре офтальмологии им. академика Зарифы Алиевой (НЦО): решением Кабинета Министров от 4 августа 2009 года одноименный НИИ глазных болезней получил статус центра: это было насущной необходимостью, потому что глазные заболевания в Азербайджане были в те годы довольно сильно распространены.

Сейчас это - серьезный Научно-исследовательский центр и современное лечебное учреждение, которое ежегодно принимает в среднем более 100 тысяч пациентов, половина из которых - дети до 17 лет. В прошлом году, к примеру, здесь были прооперированы 13 342 пациента, 1130 из которых - дети.

О ситуации в отечественной офтальмологии, проблемах и врачебных рекомендациях мы побеседовали с младшим научным сотрудником отделения детской патологии и косоглазия НЦО доктором философии по медицине (PhD) **Нигяр Гасановой**, которая работает здесь вот уже 15 лет.

- Доктор, давайте сразу же начнем с эндемичных глазных заболеваний. Что характерно для нашей страны по части офтальмологии?

- Пигментная абнотрофия сетчатки (пигментный ретинит), врожденные катаракта и глаукома, врожденная наследственная эндотелиальная дистрофия роговицы. К сожалению, это все - последствия родственных браков: в основе этих заболеваний всегда лежит врожденный дефект генетического кода.

- Это неизлечимо?

- К сожалению, эффективных методов лечения, например пигментного ретинита, в настоящее время не существует. В некоторых европейских странах лечения этого заболевания даже не проводят. А для замедления скорости прогрессии симптомов заболевания проводят регулярные курсы консервативной терапии один-два раза в год. Применяют сосудорасширяющие, нейротрофические, витаминные препараты, антиоксиданты, ноотропы, ангиопротекторы, некоторые био-генные стимуляторы и биопепти-



ды. Используют физиотерапевтические методы лечения - ультразвук, электро- и фонофорез, микроволновую терапию.

- Как правило, к тяжелым последствиям родственных браков относят талассемию...

- ...вот именно, о талассемии кричат на каждом углу, а моя врачебная практика свидетельствует, что ребенок, рожденный от близ-



ких родственников, страдает и от глазной патологии тоже. У меня есть семья пациентов, у них трое детей, и все они слепые.

Кроме того, есть еще сочетанные проблемы - это когда катаракта плюс умственная отсталость, или глаукома плюс какой-нибудь син-

не только и не столько пандемия, загнавшая нас всех по домам, сколько сами родители. Что они делают, чтобы ребенок не докучал им? Правильно - дают в руки телефон, в котором все очень мелкое - и шрифты, и картинки. А потом ведут своего чадо к врачу, чтобы он исправил их ошибки. До пяти лет ребенку вообще нельзя давать телефон: кроме испорченного зрения, ребенок становится еще и асоциальным, ему совсем не хочется играть в подвижные игры со своими ровесниками.

- А кто страдает от глазных патологий больше - мальчики или девочки?

- Мальчики. Они и аллергиям различным подвержены больше, и травмам - в силу своей активности, конечно.

- Занимается ли ваш центр благотворительностью?

- Естественно, это заложено в политике нашего НИИ. Мы часто на оборудованном автобусе (в котором имеется операционная) ездим

ся гипертензией (высоким артериальным давлением) или сахарным диабетом, внутриглазным давлением, которое проходит бессимптомно, - вот тогда все совсем будет печально.

- Проверять зрение можно у врача в оптике или лучше всегда пойти в поликлинику?

- Я думаю, найти хорошего врача в оптике довольно затруднительно, потому что хороший врач практикует в больнице или поликлинике. В оптике в лучшем случае могут проверить рефракцию на рефрактометре, чтобы продать очки. А этого недостаточно. Кроме того, детям вообще обязательно надо закапать соответствующие капли, чтобы сделать вывод.

Готовые очки, которые продаются в оптике, зачастую действительно отвечают качеству заявленной силы линз. Другой вопрос, который необходимо учитывать при подборе очков, - межзрачковое расстояние, но оно у них стандартизировано. Второй момент: очки, которые вы покупаете в гипермаркетах, как правило, с одинаковыми стеклами. А асимметрия присуща всем пациентам, которых мы наблюдаем. Учитывать ее или не учитывать - может определить только врач-офтальмолог. Есть группа лиц, которым нужны не простые очки, а для астигматической коррекции. Такие очки ни в оптике, ни на стойке в магазине не купишь.

- Вы упомянули о сахарном диабете. Он сильно влияет на качество зрения?

- Да, и это доказано бесчисленными научными исследованиями. Часто у пациентов наблюдаются не только сухость, дискомфорт и покраснения глаз, но и ускорение развития катаракты, которая долго не развивается, потом может появиться острое усиление ее развития, а потом снова затихание. Самое главное - сахарный диабет влияет на сетчатку, зачастую приводит к сильному снижению зрения, а иногда и к его полной потере. Поэтому диагностика у офтальмолога при сахарном диабете обязательна дважды в год. Правильным является контроль с помощью ОКТ-аппарата, а также других методов исследования.

- Правда ли, что морковь и черника способствуют улучшению зрения?

- В химические составы витаминных препаратов, которые требуются глазу, обычно включены витамин А, витамины группы В, С, Д, Е, К, а также железо, цинк, медь, кальций, лютеин с зеаксантином и другие микроэлементы. Чтобы обеспечить этим организм, к сожалению, одной черники и моркови будет недостаточно. Необходимо употреблять шпинат, петрушку, яйца (а именно яичный желток), печень, рыбу, молочные продукты, картофель, брокколи, любые черные ягоды, авокадо, зелень. Обеспечить такой рацион не всегда получается, именно поэтому многие офтальмологи рекомендуют витаминные препараты, содержащие в своей основе лютеин с зеаксантином и другие микроэлементы.



Каждый человек после сорока лет должен как минимум раз в год проверяться у специалиста, потому что с каждым годом возрастает риск возникновения катаракты

дром. Если бы вы знали, сколько детей с инвалидностью обращаются к нам! Родственные браки необходимо запретить, а не просто информировать родственников-младенцев о тяжелых последствиях для их потомства.

- Окулисты всего мира бьют тревогу после пандемии: долгое сидение за гаджетами не могло не повлиять и на орган зрения.

- Совершенно верно. Начнем с того, что сам ковид нанес непоправимый вред здоровью детей (кто был инфицирован и перенес в тяжелой форме), так еще и занятия на онлайн-платформе с маленького экрана. Те, кто занимался, глядя в большой монитор компьютера или ноутбука, те, конечно, пострадали меньше, а вот маленькие экраны смартфонов - это просто беда. В принципе, виновата в этом

ценный всем необходимым поезд стоял в Бейлягане, а я хоть и оставалась в Баку, на все время боевых действий была уполномоченным дежурным - чтобы в случае чего быстро приехать в центр, если привезут ребенка, и начать все реабилитационные мероприятия. Но, к счастью, во время войны ни один ребенок из зоны боестолкновения к нам не поступил.

- Как вы считаете, нужно ли взрослому человеку ходить к офтальмологу для профилактики?

- Конечно, это обязательно. Мы привыкли идти к врачу, только когда появилась проблема. Между тем каждый человек после сорока лет должен как минимум раз в год проверяться у специалиста, потому что с каждым годом возрастает риск возникновения катаракты. А если это еще отягощает-