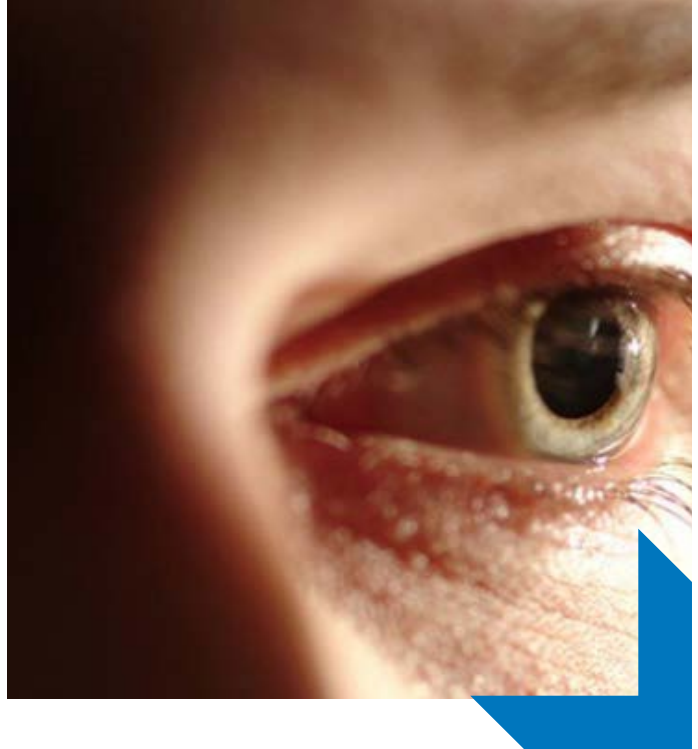


# Μάτια: Οι καπνιστές διατρέχουν τετραπλάσιο κίνδυνο τύφλωσης



15 ΜΑΡΤΟΥ 2018

Όλοι ξέρουν ότι το κάπνισμα προκαλεί καρκίνο και καρδιοπάθεια, αλλά πολλοί δεν συνειδητοποιούν ότι μπορεί να οδηγήσει ακόμα και στην απώλεια της όρασης. Ωστόσο είναι επιστημονικά αποδεδειγμένο ότι το κάπνισμα προκαλεί σοβαρές βλάβες στα μάτια και παίζει σημαντικό ρόλο στην εκδήλωση σοβαρών οφθαλμοπαθειών, όπως η εκφύλιση της ωχράς κηλίδας.

**«Ο καπνός των τσιγάρων περιέχει χιλιάδες τοξικά χημικά που μπορεί να επηρεάσουν άμεσα και έμμεσα την υγεία των ματιών»**, λέει ο χειρουργός-οφθαλμίατρος Δρ. Αναστάσιος-Ι. Κανελλόπουλος, MD, ιδρυτής και επιστημονικός διευθυντής του Ινστιτούτου Οφθαλμολογίας LaserVision, καθηγητής Οφθαλμολογίας Πανεπιστημίου Νέας Υόρκης, NYU Medical School.

**«Οι επιδράσεις αυτές είναι πολύ σοβαρές, διότι όχι μόνο αυξάνουν τον κίνδυνο εκδήλωσης πολλών οφθαλμοπαθειών αλλά και τον κίνδυνο τύφλωσης. Έχει βρεθεί ότι οι καπνιστές διατρέχουν τετραπλάσιο κίνδυνο τύφλωσης σε σύγκριση με τους μη καπνιστές και η διαφορά αυτή μόνο αμελητέα δεν είναι»**.

## Επιπτώσεις

Η αθηροσκλήρωση, για παράδειγμα, που είναι καλά γνωστό ότι προκαλείται από το κάπνισμα, δεν περιορίζεται στα αγγεία της καρδιάς ή του εγκεφάλου, αλλά επεκτείνεται και σε αυτά τα ματιών. Οι στενώσεις και η απόφραξη των οφθαλμικών

αγγείων, όμως, μπορεί να προκαλέσει σοβαρές βλάβες στα μάτια και την όραση.

Επιπλέον, το κάπνισμα μειώνει τη ροή αίματος σε όλο το σώμα, γεγονός που μπορεί να οδηγήσει σε μη αναστρέψιμες, τοξικές βλάβες του οπτικού νεύρου, με ολέθριες συνέπειες για την όραση. Μάλιστα μία συγκεκριμένη πάθηση του οπτικού νεύρου, η πρόσθια ισχαιμική οπτική νευρίτιδα, είναι 16 φορές συχνότερη στους καπνιστές απ' ό,τι στους μη καπνιστές.

**Το κάπνισμα εμπλέκεται στην ανάπτυξη και άλλων παθήσεων των ματιών. Να μερικές από τις πιο συχνές, κατά τον Δρ. Κανελλόπουλο:**

#### \* Καταρράκτης.

**Είναι το θόλωμα του φυσικού φακού του ματιού και μία από τις συχνότερες οφθαλμοπάθειες της τρίτης ηλικίας.** Υπολογίζεται ότι περισσότεροι από ένας στους δύο ενήλικες τον αναπτύσσουν μετά την ηλικία των 65 ετών, ενώ στις ηλικίες άνω των 85 ετών πάσχει το τουλάχιστον 70%. Επιπλέον, κάθε χρόνο τουλάχιστον 4,5 εκατομμύρια Ευρωπαίοι υποβάλλονται σε εγχειρήσεις για την αντιμετώπισή του.

Οι καπνιστές διατρέχουν αυξημένο κίνδυνο να παρουσιάσουν καταρράκτη. Μελέτες έχουν δείξει ότι κατά μέσον όρο διπλασιάζουν τον κίνδυνο που διατρέχουν και πως όσο περισσότερο καπνίζουν, τόσο το χειρότερο. Για παράδειγμα όσοι καπνίζουν 15 τσιγάρα την ημέρα ή περισσότερα διατρέχουν τριπλάσιο κίνδυνο σε σύγκριση με τους μη καπνιστές.

#### \* Ηλικιακή εκφύλιση της ωχράς κηλίδας.

**Η εκφύλιση αυτή αναπτύσσεται με την ηλικία και αφορά το κεντρικό τμήμα του αμφιβληστροειδή χιτώνα (ωχρά κηλίδα).** Το τμήμα αυτό είναι υπεύθυνο για την οξεία, κεντρική όραση που χρειαζόμαστε για δραστηριότητες, όπως το διάβασμα και η οδήγηση.

Η εκφύλιση της ωχράς κηλίδας προκαλεί «τυφλά σημεία» στο οπτικό πεδίο. Αποτελεί την κύρια αιτία απώλειας της όρασης στα άτομα ηλικίας άνω των 65 ετών.

Το κάπνισμα αποτελεί έναν από τους κυριότερους παράγοντες κινδύνου για εκφύλιση της ωχράς. Οι καπνιστές έχουν τρεις έως τέσσερις φορές περισσότερες πιθανότητες να την εκδηλώσουν, οι καπνίστριες ηλικίας 80 ετών έχουν 5,5 φορές μεγαλύτερο κίνδυνο σε σύγκριση με τις 80χρονες που δεν καπνίζουν, και οι παθητικοί καπνιστές διατρέχουν σχεδόν διπλάσιο κίνδυνο απ' ό,τι όσοι δεν εκτίθενται στον καπνό των άλλων.

Τα καλά νέα είναι πως με τη διακοπή του καπνίσματος σε οποιαδήποτε ηλικία, οι παραπάνω κίνδυνοι αρχίζουν να μειώνονται.

#### \* Ραγοειδίτιδα.

**Η ραγοειδίτιδα είναι σοβαρή φλεγμονή στην μεσαία περιοχή του ματιού, τον ραγοειδή χιτώνα, και μπορεί να οδηγήσει σε πλήρη τύφλωση.** Αυτό οφείλεται στο ότι αφενός ο ραγοειδής χιτώνας περιλαμβάνει ζωτικής σημασίας δομές (ίριδα, χοριοειδής χιτώνας κ.λπ.), αφετέρου η φλεγμονή μπορεί να προκαλέσει σοβαρές επιπλοκές (π.χ. γλαύκωμα, αποκόλληση του αμφιβληστροειδούς).

Τα επιστημονικά δεδομένα δείχνουν ότι το κάπνισμα σχετίζεται αιτιολογικά με την ανάπτυξη της ραγοειδίτιδας, διπλασιάζοντας τις πιθανότητες ανάπτυξής της.

#### \* Διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια.

**Ο διαβήτης είναι ο κύριος λόγος απώλειας της όρασης σε άτομα ηλικίας κάτω των 65 ετών, διότι τα αυξημένα επίπεδα σακχάρου προκαλούν βλάβες στον αμφιβληστροειδή χιτώνα των ματιών.** Οι βλάβες αυτές είναι γνωστές ως διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια και παρατηρούνται στο 80-90% των διαβητικών μέσα σε μια

10ετία από τη διάγνωση του διαβήτη. Το κάπνισμα αυξάνει κατά 2-3 φορές τις πιθανότητες εκδηλώσεως διαβητικής αμφιβλοστροειδοπάθειας, ενώ επιταχύνει και την εξέλιξή της.

**\* Σύνδρομο ξηροφθαλμίας.**

**Το σύνδρομο αυτό είναι η χρόνια ξηρότητα στα μάτια που αναπτύσσεται όταν οι δακρυϊκοί πόροι δεν παράγουν επαρκείς ποσότητες δακρύων ή όταν τα παραγόμενα δάκρυα δεν είναι αρκετά ποιοτικά.**

Το σύνδρομο προκαλεί κοκκίνισμα, αίσθημα καύσου, κνησμό και δακρύρροια και είναι συχνότερο στις γυναίκες, ιδίως μετά την εμμηνόπαυση.

**Το κάπνισμα δρα ερεθιστικά στα μάτια και επιδεινώνει την ξηρότητα, τόσο στους ενεργητικούς καπνιστές όσο και στους παθητικούς. Επιπλέον, διπλασιάζει τις πιθανότητες εκδήλωσης του συνδρόμου στους ενεργητικούς καπνιστές.**