

Всемирный день борьбы с глаукомой



Как избежать острых приступов:

- 1. Своевременный прием лекарств.** Пациент с глаукомой должен регулярно посещать кабинет офтальмолога и контролировать свое состояние. Назначенные препараты нужно применять строго по инструкции или рекомендациям окулиста.
- 2. Сбалансировать рацион.** При глаукоме рекомендуется ограничить количество соли, сладкой и маринованной пищи. Суточный объем жидкости не должен превышать 1,5 л. Желательно отказаться от спиртных напитков.
- 3. Ограничить нагрузки.** Внутриглазное давление повышается при физическом и эмоциональном перенапряжении, поэтому нужно избегать факторов риска (зрительное напряжение, неправильное освещение, наклоны головы, перепады температуры, стресс). Выезжая за границу на отдых или навсегда, рекомендуется взять выписку из истории болезни. В случае острого приступа врачи должны знать подробности течения болезни и схему лечения. При повышенном внутриглазном давлении категорически нельзя самостоятельно менять дозировку назначенных препаратов или отменять их. Рекомендовать какие-либо антиглаукомные средства должен только опытный офтальмолог. Полностью вылечить глаукому невозможно, поэтому врачи настоятельно рекомендуют проводить профилактику.

Людам с предрасположенностью и диагностированной глаукомой рекомендуется жить спокойно, без физических и нервных перегрузок. Важно соблюдать режим дня, заниматься умеренной физической деятельностью, сбалансировать питание.

Помните – важнейшим фактором для лечения последствий глаукомы является ее максимально раннее выявление!

Желаем здоровья Вам и Вашей семье!