

## La giornata mondiale della vista



### Giornata Mondiale della Vista: 7 motivi per farvi visitare dal vostro oculista oggi!

#### Occhi esausti e stanchi

La parte più sensibile del vostro corpo è anche la più ignorata - i vostri occhi. A meno che non si tratti di una situazione di emergenza, un appuntamento con il vostro oculista non è nella lista delle cose da fare. Peggio ancora, non si va a fare un check-up annuale, anche se si utilizzano gli occhiali. Questa è la triste condizione dei vostri occhi. Bisogna ammetterlo. Tuttavia, qui ci sono alcuni segnali elencati dal dottor Hemalini Samant, specialista in Neuroftalmologia e chirurgo dall'occhio dell'Associate Mumbai (TEAM), che indicano che i tuoi occhi stanno urlando per chiedere aiuto. Ignorare questi segnali potrebbe essere pericoloso.

#### Se sei sopra i 40.

I tuoi occhi con il tempo che passa, non possono essere sempre gli stessi. La vostra vista potrebbe peggiorare in qualsiasi momento, ad alcuni accade presto nella vita, mentre altri possono sperimentare una visione difettosa molto più tardi nella vita, ma nessuno è immune alla degenerazione della vista. Quindi, se non avete mai portato occhiali nella vostra vita e state attraversando i 40, è meglio effettuare un check-up di controllo. È probabile che potreste aver bisogno occhiali da lettura da questo momento. Se ritenete che stiate tenendo il telefono o il giornale più lontano del solito per poter leggere le cose in modo chiaro, potreste avere sviluppato una condizione chiamata presbiopia, comune dopo o intorno i 40. Intervenire nel momento giusto a questa richiesta di aiuto dei vostri occhi può salvare la vista da ulteriori danni.

#### Si indossano gli occhiali ma si soffre ancora di visione annebbiata.

Non indossare gli occhiali non significa che non ci sia il bisogno di essere visitati periodicamente dal vostro oculista. D'altro canto, indossare gli occhiali in maniera permanente non garantisce il ripristino totale della vista, ma senz'altro può rallentarne il processo di degenerazione. Quindi, se non avete fatto controllare di recente i vostri occhi e avvertite che la vostra visione è diventata annebbiata, andate per un check-up al più presto, perché questo potrebbe essere uno dei primi segni di sviluppo di una cataratta. Ricordate, quando inizia a svilupparsi la cataratta, la visione diventa nebbiosa anche con gli occhiali.

#### Si vede a due a due

Compri due e paghi uno può funzionare benissimo nei supermercati, ma non quando gli occhi cominciano a mostrare tutto a due a due. Vedere doppio potrebbe essere un segnale di una condizione critica che riguarda la vostra visione. Si potrebbe valutare che si può avere sviluppato con il sintomo di un improvviso di strabismo, una paralisi del nervo cranico. Quindi, rivolgersi immediatamente per un parere specializzato. Qui ci sono quattro modi per mantenere i vostri occhi sani come l'età.

## **Tu con i miei occhi**

*Vedere il mondo in bassa risoluzione*

---

### **Si vedono grandi macchie nere**

Questo avviso è fondamentale per le persone che portano pesanti occhiali per l'astigmatismo o che soffrono di miopia. In questi casi, se si vede un gran numero di macchie nere davanti agli occhi mentre si sta guardando un oggetto o se ne vede una metà in modo chiaro, e l'altra metà offuscata - è un segnale di avvertimento. Questo sintomo potrebbe significare che ci può essere un distacco della retina che potrebbe portare alla completa cecità se non diagnosticato in tempo. Nelle persone che hanno lenti con un alto numero negativo, la loro lunghezza assiale del bulbo oculare è più lunga del normale. Come risultato, la retina è allungata per cui ci possono essere piccoli fori o punti deboli chiamati come degenerazione a lattice che possono causare un distacco totale della retina.

### **Vedete aloni attorno di luce bianca**

Se vedete aloni attorno alle cose di luce e sperimenta un cambio frequente di diottrie, parlatene al vostro oculista, in quanto questo potrebbe essere un sintomo che la pressione intraoculare nell'occhio è alta. Quando la pressione intraoculare è elevata, porta ad una condizione chiamata glaucoma. Di solito è silente e indolore e nelle fasi terminali può portare alla perdita della vista. Se uno ha una storia familiare di glaucoma, bisogna stare più attenti. L'intervento precoce è la chiave per la gestione del glaucoma, in quanto una volta sviluppata questa non ha una cura.

### **I tuoi occhi diventano rossi**

Questo è comune a chi utilizza lenti a contatto, perché può indicare un'infezione o un'allergia. A volte potrebbe anche essere dovuto ad una rottura delle lenti a contatto. Tuttavia, è saggio non mettere le cose al caso e fare un controllo da un oculista.

Articolo originale [clicca qui](#)