



Åldersrelaterad makuladegeneration



Identifiera symptomen och åtgärda dem i tid

**Bayer Medinfo hjälper dig med alla frågor
om Bayers produkter.**

Telefon 020 785 8222 (vardagar kl. 9–15)

medinfo@bayer.fi

Bayer Oy

Tuulikuja 2, 02100 Esbo

PB 73, 02151 Esbo

Telefon 020 785 21



Innehåll

VAD ÄR ÅLDERSRELATERAD MAKULADEGENERATION?

3

RISKFaktorER

5

FÖREBYGGANDE ÅTGÄRDER

5

IDENTIFIERA SYMPTOMEN I TID

6

BEHANDLING

8

SJÄLVSTÄNDIG VARDAG TROTS SJUKDOMEN

10

ÅLDERSRELATERAD MAKULADEGENERATION, alltså AMD (age-related macular degeneration), är en åldersbetingad sjukdom som gradvis skadar området för skarpt seende i ögat, d.v.s. makulan, utan att orsaka smärta. Området för skarpt seende behövs i uppgifter som kräver precision, såsom läsning, igenkänning av ansikten och bilkörning.

AMD är den mest betydande orsaken till synskador hos äldre i västvärlden. AMD uppskattas förekomma hos cirka 10 % av personer över 60 år och hos cirka 30 % av personer över 80 år.¹

Det finns två typer av AMD; torr och våt. Torr AMD är klart allmännare av dessa; den utgör ca 80–90 % av fallen.² Symptomen vid torr AMD är ofta lindrigare och sjukdomen framskrider långsammare än vid den våta varianten.

I initialstadiet av sjukdomen uppstår ansamlingar av slaggprodukter, eller s.k. drusen, på näthinnan. Drusen kan variera i storlek och mängd. Med tiden kan tillståndet utvecklas till torr AMD. I långt framskriden torr AMD orsakar den ständigt ökande mängden och/eller storleken på drusen att ljuskänsliga celler samt området för skarpt seende och omgivande vävnad försämras. Detta kan orsaka synproblem.

AMD kan utvecklas i det ena eller båda ögonen. Då bara ett öga är drabbat av sjukdomen är det svårare att märka den försämrade synen, eftersom "det bättre ögat" arbetar mera för att kompensera det sjuka ögat. Därför lönar det sig att besöka ögonläkare regelbundet.

Trots att det för tillfället inte finns någon godkänd behandling för torr AMD observerade Förenta staternas hälsoverk i sin AREDS-undersökning³, att ett vitamintillskott som innehåller antioxidanter och zink kan minska risken för AMD och tillhörande synförlust. Det är bra att diskutera nackdelarna och fördelarna med ett vitamintillskott tillsammans med ögonläkaren.

Om torr AMD har konstaterats i ögonen följer man noggrant med läget för att kunna konstatera eventuella förändringar som tyder på våt AMD. Om våt AMD inte behandlas framskrider den snabbt och kan leda till betydande förlust av den centrala synen.

Med hjälp av tidig diagnostisering och regelbunden behandling kan synen i allmänhet bevaras och i vissa fall rentav återställas. Till skillnad från torr AMD så kan våt AMD behandlas - läs mer om detta i denna broschyr.



1. Seppänen M. (2013) *Silmänpohjan ikärappeuma (makuladegeneraatio)*. Lääkärikirja Duodecim
2. Åldersbetingad våt makuladegeneration. God medicinsk praxis-rekommendation (2016). www.käypähoito.fi
3. Age-Related Eye Disease Study Research Group. Arch Ophthalmol. (2001). 119(10):1417-36.

Riskfaktorer

DEN STÖRSTA RISKFAKTORN FÖR AMD är ålder. Kvinnor insjuknar också oftare i sjukdomen. Risken att personer som fyllt 60 år får AMD är mångfaldig jämfört med personer i medelåldern. I takt med att befolkningen åldras blir också åldersrelaterade kroniska sjukdomar, såsom makuladegeneration, vanligare. Även ärftliga faktorer kan öka risken för sjukdomen. Därför är det mycket viktigt att regelbundet kontrollera ögonen om sjukdomen finns i släkten.

Förebyggande åtgärder

SJUKDOMSRISKEN KAN MINSKAS genom att man slutar röka, motionerar regelbundet samt äter rikligt med grönsaker och frukt. Övervikt, diabetes och högt kolesterol är faktorer som ökar risken för våt AMD. Sjukdomsriskerna kan även minskas genom att man undviker starkt solljus med hjälp av effektiva solglasögon och hattar som skuggar ögonen.

+55

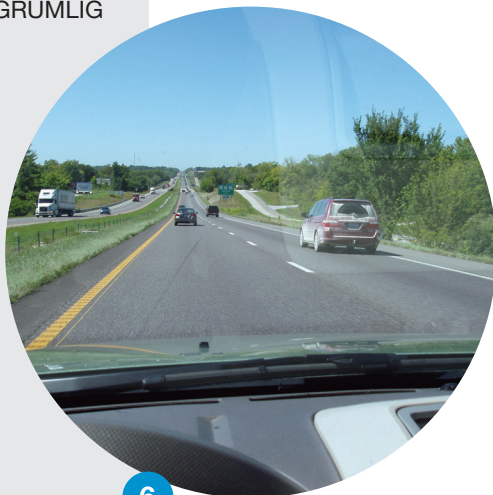


Identifiera symptomen i tid

Vid våt AMD bildas onormala blodkärl under näthinnans område för skarpt seende, dvs. makulan, och dessa kan börja blöda eller bilda vätska. Om sjukdomen inte behandlas leder den till ärrbildning på näthinnan och nedsatt syn.

IDENTIFIERING AV VÅT AMD ÄR INTE ALLTID HELT ENKELT, men förvriddning av raka linjer och blinda punkter i synfältet kan vara tecken på sjukdomen. Också bildstorleken kan förändras. Detta märker man bäst om bokstäverna ändrar storlek eller försvinner när man läser. Ofta blir det också svårare att känna igen ansikten och föremål kan få otydliga konturer.

SYMPTOM KAN VARA
ATT RAKA LINJER SER
KROKIGA UT OCH
SYNEN BLIR GRUMLIG



DET ÄR MYCKET VIKTIGT ATT SJUKDOMEN DIAGNOSTISERAS OCH BEHANDLINGAR INLEDS

i ett så tidigt skede som möjligt för att synen ska kunna bevaras och sjukdomen hejdas eller bromsas. Ofta upptäcks sjukdomen först när symptomen redan är tydliga och synen permanent nedsatt. Om sjukdomen inte behandlas kan den leda till förlust av den centrala synen inom två år från insjuknandet. Det är viktigt att personer som hör till riskgrupperna och personer som har symptom, även om de är mycket lindriga, regelbundet låter undersöka sina ögon hos en ögonläkare för att säkerställa en tidig diagnos. Man kan själv testa och följa upp sin syn till exempel med hjälp av Amsler-rutnätet. Rutnätet finns på baksidan av denna broschyr.



Behandling

VÅT AMD KAN DIAGNOSTISERAS MED HJÄLP AV EN MIKROSKOPUNDERSÖKNING

som utförs av en ögonläkare. För att säkerställa diagnosen utförs vanligen också en optisk koherenstomografi av näthinnan, dvs. en OCT-undersökning, samt vid behov även en kontrast-röntgen av blodkärlen.

DET FINNS OLIKA BEHANDLINGSLTERNATIV

med vilka man kan bromsa sjukdomens förlopp och i vissa fall rentav återställa syn som gått förlorad. Blodkärlsstimulerande tillväxtfaktorerna med s.k. VEGF-hämmare (Vascular Endothelial Growth Factor) injiceras i ögat. Vid en glaskroppsinjektion bedövas ögat och läkemedlet injiceras med en tunn nål. Läkemedelsinjektionerna förhindrar att onormala blodkärl bildas i ögat.

Sjukdomen kan också behandlas med en laser-operation som förstör de läckande blodkärlen. Denna behandlingsform passar en del patienter. Våt AMD kan även behandlas med fotodynamisk terapi, där läkemedlet injiceras i patientens ven för att transporteras vidare



MÄTNING AV SYNSKÄRPAN HÖR TILL EN AV
UNDERSÖKNINGARNA VID VÅT AMD

till ögonen. Efter injektionen belyses patientens ögon med ett ljus som aktiverar läkemedlet så att det förstör de nya blodkärlen. Fotodynamisk terapi används fortfarande för vissa former av sjukdomen.

Vid behandlingen av våt AMD är det viktigt att komma ihåg att det är fråga om en kronisk, degenerativ sjukdom som kräver fortgående uppföljning och regelbunden vård.



PATIENTEN ÄR
REDO FÖR EN
BIOMIKROSKOP-
UNDERSÖKNING AV
ÖGONEN

De nya behandlingarna
kan till och med återställa
syn som gått förlorad

Självständig vardag trots sjukdomen

SJUKDOMEN KAN
ORSAKA ÖVERRAS-
KANDE SVÅRIGHETER
TILL EXEMPEL MED
VARDAGSSYSSLORNA

Tidig diagnostisering och behandling är viktigt för att bevara synen, eftersom nedsatt syn försvårar många vardagliga sysslor och ett självständigt liv. Också risken för fallolyckor ökar hos patienter med dålig syn, och därför bör patienten få instruktioner för hur man rör sig tryggt utomhus och inomhus.

MÅNGA SOM LIDER AV SJUKDOMEN HAR HJÄLP

av rehabiliteringstjänster och hjälpmedel avsedda för personer med nedsatt syn, såsom en vit käpp, förstoringsglas som gör det lättare att läsa, tidningar och böcker med stor stil, klockor och telefoner som är lätta att avläsa, klara lampor avsedda för sysslor som kräver noggrannhet, datorer och telefoner som fungerar med ljud samt talande klockor och köksredskap.

Det är viktigt att patienten får hjälp med och instruktioner för att klara av vardagen. Utöver rehabilitering för personer med nedsatt syn kan psykosocialt stöd och psykosocial vård hjälpa patienten att klara av de dagliga sysslorna, bo självständigt och bibehålla en bra livskvalitet.





Många **hjälpmedel**
underlättar livet

VÅT AMD FÖRSVÅRAR BLAND ANNAT FÖLJANDE FUNKTIONER:

Läsning & skrivning

Uppköp

Betalning av räkningar

Tv-tittande

Matlagning

Kortspel

Datoranvändning

Trädgårdsskötsel

Städning

Handarbete

Bilkörning

Användning av samfärdmedel,
bl.a. identifiering av bussnummer

Igenkänning av ansikten

Telefonanvändning

Golf, fiske och andra utomhusaktiviteter

Om du lider av synstörningar kan du utföra ett enkelt test för åldersrelaterad makuladegeneration med hjälp av rutnätet på vidstående sida. Testet går ut på att du ska titta på det svartvita Amsler-rutnätet. Om linjerna ser krokiga eller onormala ut kan det vara ett tecken på åldersrelaterad makuladegeneration. Kontakta då en ögonläkare så fort som möjligt.

AMSLER-TESTET ▶▶▶▶▶▶▶▶

- 1.** Om du använder läsglasögon ska du ha dem på när du utför testet.
(Bifokalglasögon eller progressiva linser kan förvränga resultatet).
- 2.** Placera rutnätet på 30 cm avstånd från ögonen. Täck ena ögat.
- 3.** Fixera blicken på den svarta punkten i mitten av rutnätet.
- 4.** Upprepa testet på samma sätt med andra ögat.
- 5.** Om linjerna i rutnätet blir grumliga, krokiga, oregelbundna eller förminskade ska du omedelbart kontakta en ögonläkare.

