

Øyesykdommer – en hefteserie

En orientering om folkesykdommen Katarakt (grå stær)



Norges Blindforbund
– synshemmedes organisasjon



Skarpt syn: Slik ser barna ut med friske øyne og klar øyelinse.

Grå stær har ingenting med fugler å gjøre og må ikke forveksles med den sjeldnere "grønn stær". Ordet kommer av tyske "starren" (stirrende blikk). Den medisinske betegnelsen er Katarakt (fra gresk og betyr vannfall – man forestilte seg at hjernevæske falt ned foran øynene og dimmet synet) og beskriver hvordan øyelinsen, som normalt er helt klar, blir ugjennomsiktig (grå). Katarakt er en normal aldersforandring som gir tåkete syn. Det er den mest utbredte øyesykdommen. Alle over 70 år har grå stær i større eller mindre grad. 4-5 % har behov for operasjon og hvert år foretas ca. 18 000 stæroperasjoner her i landet. Disse gir, nesten uten unntak, bedre syn.



Klar linse: Bak hornhinnen inne i øyet, sitter en linse som samler lyset til et bilde på netthinnen. Denne linsen er helt gjennomsiktig og består av en geléaktig masse. Som i et kamera er det linsens oppgave å sørge for at bildet på netthinnen er skarpt.

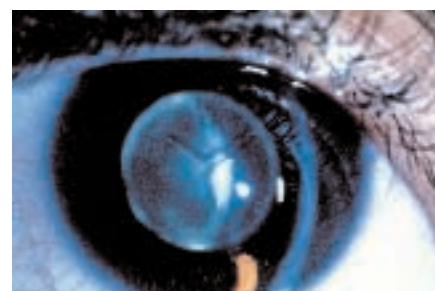
Sykdomsutvikling og årsaker

Katarakt påvises ved at øyelege eller optiker måler synsstyrken og linsens gjennomsiktighet. Øyelinsen har ingen blodforsyning, men får næring fra øyevæsken som omgir den. Med aldring vil næringstilførselen endres og påkjenninger fra sollys akkumuleres slik at uklarheter i linsen oppstår.

De fleste opplever en gradvis forverring av synet etter hvert som linsen blir mer og mer ugjennomsiktig. Det er veldig individuelt hvor raskt denne utviklingen går. Hos noen kan stæren være nærmest uendret gjennom flere år, mens den hos andre kan forverres merkbart i løpet av uker. I de fleste tilfeller blir begge øynene angrepet, men sjelden samtidig. Man blir ikke blind av grå stær, men hvis stæren forblir ubehandlet, gir

synsnedsettelsen selvsagt alvorlige konsekvenser som preger livskvaliteten.

Katarakt er som regel et resultat av aldring, men kan også oppstå pga. visse sykdommer (for eksempel diabetes) eller som bivirkning av medisinbruk. Nærsynte ser ut til å utvikle Katarakt tidligere enn andre. Å være utsatt for sterkt sollys kan framskynde prosessen. Tendensen til å utvikle sykdommen kan være arvelig. Sjeldnere varianter av sykdommen er traumatisk Katarakt. Dette er uklarheter forårsaket av at linsen har blitt påført skader som følge av slag og stikkskader fra spisse gjenstander. Medfødt Katarakt skyldes arvelige defekter, eller at mor hadde røde hunder i svangerskapsperioden.



Linse med Katarakt (grå stær): Her er øyelinsen blitt ugjennomsiktig. Den vil ikke lenger kunne sørge for skarpe bilder på netthinnen. Katarakt er den mest vanlige øyesykdommen og i all hovedsak et resultat av aldring.



Ser tåkete: Sigmund S. Lien (80) har Katarakt (grå stær) på høyre øye. – Jeg er plaget med tåkesyn og har vanskeligheter med avstandsbedømmelse, sier han og er innstilt på å få operert vekk den syke linsen etter hvert.

Symptomer på Katarakt

Noen blir først mer nærsynte når de utvikler Katarakt og trenger kanskje ikke lesebriller lenger. Snart følger også tåkesyn – det man fokuserer på dimmes av en grå tåke i synsfeltet, både på avstand og nært hold. Det er typisk at man ser dårligere ute enn inne, særlig når det er solskinn. Mange opplever det

vanskelig å kjøre bil, særlig i lavt motlys eller fordi de blir blendet av møtende bil om kvelden. Et annet vanlig symptom er dobbeltsyn på det angrepne øyet.

Vanlig Katarakt er sjelden smertefull og trenger ikke gi plager overhodet hvis forandringene i linsen er beskjedne.



Tåkesyn: Symptomer på Katarakt (grå stær) er først og fremst at det man ser på blir tåkete. I begynnelsen opplever noen at de blir nærsynte. Blendingsproblemer og dobbeltsyn er også vanlige plager.

Grei operasjon: Katarakt kan enkelt opereres ved at den uklare linsen erstattes av en ny kunstig linse. Det hele er over på 20 minutter, pasienten trenger ikke legges inn og de aller fleste får bedre syn etterpå. Det utføres om lag 18 000 slike operasjoner i Norge årlig.



Foto: Thomas Barstad

Behandlingsmuligheter

Det er ikke noe medisin som hjelper mot Katarakt. Det eneste alternativet er operasjon. Før ventet man med å operere grå stær til den var "moden". I dag opereres det når pasienten har plager med sykdommen, dvs. så svekket syn at det hemmer vedkommende i daglige gjøremål. Operasjonen er ikke kostbar.

Inngrepet er enkelt og utføres på 20 minutter med lokalbedøvelse i form av øyedråper. Det gjøres et lite snitt i øyet, den syke linsen suges ut, men hinnen som omslutter linsen bevares. En ny, kunstig linse i plast settes inn på samme sted som den opprinnelige. Man kan velge styrken på den kunstige linsen som legges inn i øyet slik at eventuelle brytningsfeil kan korrigeres. De fleste vil imidlertid fortsatt trenge lesebrille og/eller brille for å se maksimalt på avstand.

Synet påvirkes ikke av operasjonen, heller ikke blunkerefleksjonen. Man behøver ingen bandasje,

man slipper sykehusinnleggelse og allerede dagen etter inngrepet ser de fleste bedre.

Etterstær rammer en del som opereres for Katarakt. Det skyldes at den hinnen som linsen satt i blir ugjennomsiktig. Symptomene er de samme som ved vanlig stær. Den kommer gjerne i løpet av det første året etter operasjonen og sjansen er større desto yngre pasienten er. Etterstæren behandles effektivt og smertefritt med en spesiell type laser.

De aller fleste får bedre syn etter en kataraktoperasjon. I en god del tilfeller foreligger imidlertid andre sykdommer i øyet. Vanligst er Aldersrelatert macula degenerasjon (forkalkninger). Dette vil naturligvis begrense hvor godt synet kan bli. Mange opplever å bli lysømfintlige etter operasjonen og trenger solbriller i sterkt lys.

Folkesykdom med gode prognoser

Katarakt/grå stær er en folkesykdom. Alle får sykdommen i mer eller mindre grad, bare man blir gammel nok. Som nevnt tidligere, er det ingen smerter forbundet med å ha sykdommen. Men plagene med tåkesyn, nærsynthet, blendingsproblemer og dobbeltsyn hindrer livsutførelsen. Det blir vanskelig å lese, kjøre bil og å være ute i sterkt sollys. Dette er unødvendig når sykdommen så enkelt kan behandles og gi tilbake det normale synet.

Det er viktig å få utført synssjekk og måling av trykket i øyet hvert år etter fylte 60. Mange oppdager at de har grå stær eller annen øyesykdom hos optiker ved at en justering av brillene ikke hjelper. Det er ingen øvre aldersgrense for å få utført kataraktoperasjon, slik at svært høy alder er ikke i seg selv grunn til å innfinne seg med det dårlige synet.

Bruk av solbriller ved sterkt sollys vil forebygge Katarakt.



Klarsynt igjen: Anna Carina Haugen (73) var plaget av det dårlige synet og hadde problemer med hverdagslige gjøremål som å lese og kjøre bil i mørket. – Jeg visste ikke hvor dårlig jeg så før jeg fikk operert inn ny linse, sier hun fornøyd.

Når synet svekkes

Å få svekket syn hører med blant de mest vanlige aldersforandringer. Men mange blir unødvendig blinde eller sterkt svaksynte! De fleste øyesykdommer kan behandles hvis man kommer tidsnok til lege. Ofte er det imidlertid bare riktig tilpassede briller som skal til.

Når synet svekkes er det viktig å vite om mulighetene som finnes til å leve et aktivt liv til tross for synstapet. Norges Blindeforbunds (NBFs) sosial- og besøkskontakter (SBK), som selv er synshemmede, får mange som har opplevd et synstap på beina igjen. SBK'erne gir informasjon om tilbud og rettigheter som finnes.

På NBFs tilrettelagte kurssentre får nye synshemmede lære å mestre dagligdagse gjøremål, orienteringstrening med hvit stokk, opplæring i punktskrift (blindeskrift) og data samt muligheten til å etablere meningsfull fritid gjennom hobbyer og nye bekjentskaper.

Har en mistet mye av synet i voksen alder, kan det bli behov for opplæring på hjemstedet. Dette er kommunens ansvar gjennom Lov om opplæring. I kommunen finnes personell (f.eks. synskontakter) som også kan bistå med å kartlegge behovet for hjelpemidler. Disse lånes i så fall gratis ut av fylkets hjelpemiddelsentral i henhold til Lov



Foto: Thomas Barstad

Enklere hverdag: – På Blindeforbundets kurs har jeg lært å fungere med svekket syn og fått mange hyggelige bekjentskaper, sier Fridtjov Danielsen (80) som klarer seg bra ved hjelp av lupe, lommelykt og kikkertbrille.

om folketrygd. Tidligere, da linsen ble fjernet uten at man satte inn en ny, fikk man tilskudd til anskaffelse av "stærbriller". Er det satt inn linse, dekkes ikke lenger utgifter til vanlige briller av folketrygden.

Eksempler på hjelpemidler som letter hverdagen til mange eldre med dårlig syn er svaksyntoptikk (lupe), telefon med store taster, talende klokke og kjøkkenvekt og lydbøker. Mange som er operert for grå stær trenger spesielle solbriller som hjelper mot lysømfintlighet.

“Øyesykdommer – en hefteserie” gis ut av Norges Blindeforbund med støtte fra stiftelsen Helse og Rehabilitering. Heftene gir opplysninger om sykdomsutvikling, årsaker, symptomer og konsekvenser ved ulike øyesykdommer, samt eksisterende hjelpemidler, behandlings- og rehabiliteringsmuligheter. Heftene gis også ut i lydformat (CD).

Øyelege Bjørn Nicolaisen (professor dr.med.) og formidler ved hjelpemiddelsentral Bjørn Nygård er faglige rådgivere.

Dette heftet handler om
KATARAKT (GRÅ STÆR)

- som skyldes at øyelinsen blir ugjennomsiktig og stiv
- som alle over 70 år har i mer eller mindre grad
- som gir tåkesyn, blendingsproblemer og dobbeltsyn
- som det utføres om lag 18 000 operasjoner på i året i Norge
- som lar seg operere slik at synet blir bedre

Tidligere hefter i serien:

En orientering om netthinnesykdommen Retinitis Pigmentosa (kikkertsyn)

En orientering om netthinnesykdommen Aldersrelatert Macula Degenerasjon (svekket skarpsyn/forkalkninger)

Orientering om Glaukom (grønn stær) - en snikende fare



Norges Blindeforbund
– synshemmedes organisasjon

Norges Blindeforbund
Postboks 5900 Majorstuen
0308 Oslo
tlf. 23 21 50 00
info@blindeforbundet.no
www.blindeforbundet.no

