

ŻYCIE BEZ ZAĆMY



Zacznij podróż już dziś.
Zapoznaj się z ważnymi
informacjami dotyczącymi
zaćmy przed wizytą
w gabinecie.



OŚRODEK
OKULISTYKI
KLINICZNEJ



FAKTY NA TEMAT ZAĆMY

Zaćma to zmętnienie naturalnej soczewki oka, które postępuje stopniowo i bezboleśnie.

Za jej powstawanie najczęściej odpowiedzialny jest proces starzenia się oka.¹

PIERWSZE OBJAWY ZAĆMY:²

- słabnąca ostrość widzenia
- wrażenie patrzenia przez zaparowaną lub zabrudzoną szybę
- nadwrażliwość na światło
- efekt rozmycia świateł
- podwójne widzenie
- blaknięcie kolorów
- gorsze widzenie nocą

PRZEJMIJ KONTROLĘ NAD SWOIM WZROKIEM I ZROZUM NAJCZĘSTSZE CHOROBY OCZU

INNE CHOROBY OCZU:

1

DLACZEGO MAM ZNIEKSZTAŁCONE, NIEWYRAŻNE WIDZENIE?

ASTYGMATYZM to powszechna wada kształtu rogówki, która powoduje zamazane widzenie i jednocześnie zniekształca światło, zanim dotrze ono do siatkówki oka. Jeśli u Pacjenta występuje astygmatyzm i nie zostanie on skorygowany podczas zabiegu usunięcia zaćmy, konieczne może okazać się noszenie okularów.³

2

JAK WYJAŚNIĆ NIEWYRAŻNE WIDZENIE ZWIĄZANE Z WIEKIEM?

PREZBIOPIA (inaczej starczowzroczność) prowadzi do utraty zdolności skupiania wzroku na przedmiotach znajdujących się blisko. Wynika ona ze stopniowego sztywnienia soczewki oka, która często potrafi jeszcze skupiać się na przedmiotach odległych, ale nie jest już w stanie skupić się na przedmiotach pozostających blisko, aby zapewnić ostre widzenie przedmiotów z bliska.⁴

POROZMAWIAJMY O ZAĆMIE

Zabieg usunięcia zaćmy jest jedną z najbezpieczniejszych i najczęściej wykonywanych procedur chirurgicznych na świecie. Stanowi także jedyną metodę pozbycia się zmętniałej soczewki.

Pozwala jednocześnie skorygować inne wady wzroku, takie jak astygmatyzm czy starczowzroczność.⁵

Zdrowe oko



VS

Oko z zaćmą



INNE SPOJRZENIE NA ŻYCIE

ZABIEG USUNIĘCIA ZAĆMY – CZEGO MOGĘ SIĘ SPODZIEWAĆ?



Do startu: *Przed zabiegiem*

Lekarz ocenia stopień zaawansowania zaćmy podczas badania, a następnie przeprowadzi kwalifikację. Wówczas przedstawi rodzaje soczewek, które można zastosować w danym przypadku.



Gotowi: *Dzień zabiegu*

Zabieg wymaga znieczulenia miejscowego i wykonania niewielkiego nacięcia. Przeprowadzany jest w trybie chirurgii jednego dnia.



Patrz: *Życie po usunięciu zaćmy*

Po zabiegu Pacjent odczuwa znaczącą poprawę jakości życia.

ZACMA KROK PO KROKU

1



USUNIĘCIE ZACMY

Chirurg usuwa zmętniałą soczewkę przez niewielkie nacięcie.

2



IMPLANTACJA SOCZEWKI

Chirurg zastępuje naturalną soczewkę nową, sztuczną soczewką.

3



ODZYSKANY DOBRY WZROK

Dzięki nowej soczewce Pacjent odzyskuje ostrość widzenia.



CZAS PO ZABIEGU

1-2 DNI *po zabiegu*

Jeden lub dwa dni po zabiegu odbędzie się wizyta kontrolna. Po kilku dniach od usunięcia zaćmy zauważalna jest poprawa ostrości wzroku. Przy jasnym świetle towarzyszyć może także efekt olśnienia, wokół światła w nocy natomiast rozproszona poświata (tzw. halo). Z czasem staną się one mniej widoczne.⁶

1-3 TYGODNI *po zabiegu*

W tym czasie następuje stabilizacja ostrości wzroku. Po 4 tygodniach Pacjent będzie mógł wrócić do normalnego funkcjonowania, w tym do pełnej aktywności fizycznej.¹³

1 ROK *po zabiegu*

Po tym czasie jakość wzroku Pacjenta nie powinna już ulegać zmianom, stabilizacja ostatecznej ostrości wzroku trwa około 4-6 tygodni po zabiegu. Co istotne, zalecana jest coroczna kontrola okulistyczna. W przypadku jakichkolwiek niepokojących objawów należy udać się do specjalisty.⁷

POZNAJ DOSTĘPNE MOŻLIWOŚCI

ZADBAJ O PRZYSZŁOŚĆ

Soczewki korygujące prezbiopię

Soczewki korygujące prezbiopię pomagają widzieć na wszystkie dystanse i ograniczyć potrzebę noszenia okularów.

Mogą one zapewnić lepsze widzenia do dali i na wyciągnięcie ręki, a także funkcjonalne widzenie do bliży.⁹

Soczewka jednoogniskowa

Najbardziej podstawową soczewką stosowaną przy zabiegach usunięcia zaćmy jest soczewka jednoogniskowa, która pomaga ograniczyć potrzebę noszenia okularów do dali – Pacjent będzie jednak potrzebował okularów do bliży i na odległości pośrednie. W przypadku osób z astygmatyzmem prawdopodobnie konieczne będą okulary na wszystkie odległości.¹⁰



WIDZENIE DO DALI



soczewka jednoogniskowa



soczewki koorygujące prezbiopię



WIDZENIE NA ODLEGŁOŚĆ POŚREDNIĄ



soczewka jednoogniskowa



soczewki koorygujące prezbiopię



WIDZENIE DO BLIŻY



soczewka jednoogniskowa



soczewki koorygujące prezbiopię



DOSTĘPNE RÓWNIEŻ JAKO
SOCZEWKI TORYCZNE
Z MOŻLIWOŚCIĄ KOREKCJI
ASTYGMATYZMU



SYMULACJA OBRAZU

Soczewki korygujące prezbiopię i soczewki jednoogniskowe występują w wersjach torycznych. Wersja toryczna **pozwała skorygować astygmatyzm**, zachowując jednocześnie wszystkie zalety korekcyjne soczewki.

LEPSZA PERSPEKTYWA LEPSZY WZROK

Wybierając soczewkę, Pacjent decyduje, jak będzie wyglądać jego przyszłość. Indywidualny dobór soczewki może zapewnić nową jakość życia bez okularów.

Symulacja obrazu



Soczewki jednoogniskowe

Standardowe soczewki jednoogniskowe wszczepiane podczas zabiegu usunięcia zaćmy pozwalają na dobre widzenie do dali. Nadal potrzebne będą okulary do czytania i innych czynności.¹⁰

TWÓJ WZROK TWÓJ WYBÓR

Każdego dnia korzystamy z dobrego wzroku – podczas czytania książek, prac w ogrodzie czy prowadzenia samochodu.

To, co widzimy dziś i jakie czynności wykonujemy na poszczególnych dystansach, pozwala nam lepiej zrozumieć, jak chcielibyśmy widzieć w przyszłości.

Soczewki dostępne są również w wersji torycznej z możliwością korekcji astygmatyzmu.

Symulacja obrazu



Soczewki korygujące prezbiopię

Soczewki trójogniskowe i soczewki o wydłużonej ogniskowej pomagają ograniczyć potrzebę noszenia okularów do wszystkich dystansów.⁹

Zapytaj okulisty, która soczewka korygująca prezbiopię, będzie odpowiednia.

POROZMAWIĄJ ZE SWOIM LEKARZEM

Jeśli masz wątpliwości lub obawy związane z zabiegiem usunięcia zaćmy, porozmawiaj o nich ze specjalistą. Opowiedz o oczekiwaniach dotyczących jakości widzenia po zabiegu.

ZABIEG USUNIĘCIA ZAĆMY

- Na czym polega zabieg usunięcia zaćmy?
- Z jakich soczewek wewnątrzgałkowych mogę skorzystać?

PRZYGOTOWANIE

- Jak należy przygotować się do zabiegu usunięcia zaćmy?

TWOJE MOŻLIWOŚCI

- Jaki typ soczewki będzie dla mnie odpowiedni?
- Czy moja soczewka skoryguje u mnie astygmatyzm?

ŻYCIE PO USUNIĘCIU ZAĆMY

- Jak będę widzieć po zabiegu?
- Czy po zabiegu nadal będę potrzebować okularów?

ZAINWESTUJ W SWÓJ WZROK

Zabieg usunięcia zaćmy jest przeprowadzany raz na całe życie. Dlatego warto pamiętać, że decyzja o wyborze soczewki wpływa na codzienne aktywności. I choć ceny soczewek wewnątrzgałkowych stosowanych przy zabiegach usunięcia zaćmy mogą się różnić, wiele osób uważa, że zakup soczewki korygującej przeziopię, która daje możliwość uniezależnienia się od okularów, jest rozsądną inwestycją.

Porozmawiaj z personelem placówki okulistycznej i wspólnie wybierzcie najlepszy sposób na sfinansowanie kosztów zakupu soczewek.



NAJCZĘŚCIEJ ZADAWANE PYTANIA

P

Jak długo trwa zabieg usunięcia zaćmy?

O

Zabieg usunięcia zaćmy jest procedurą ambulatoryjną. Standardowo trwa od 10 do 20 minut.¹¹

P

Jak długo trwa powrót do zdrowia po usunięciu zaćmy?

O

Czas powrotu do sprawności zależy od osoby i konkretnych okoliczności, ale większość Pacjentów potrzebuje odpoczynku przez kilka godzin po zabiegu. Lekarz może zalecić noszenie osłony ochronnej na oku przez kilka kolejnych dni.

P

Czy po zabiegu usunięcia zaćmy mogę prowadzić samochód?

O

Prowadzenie samochodu nie jest wskazane przez 24 godziny po operacji. Należy poprosić bliską osobę o odwiezienie do domu.

NAJCZĘŚCIEJ ZADAWANE PYTANIA

P

Czy mogę latać samolotem po zabiegu usunięcia zaćmy?

Większość Pacjentów może odbywać loty samolotem już po kilku dniach, ale o zgodę na podróże lotnicze należy zapytać lekarza podczas wizyty kontrolnej.

O

P

Czy mogę ćwiczyć po zabiegu usunięcia zaćmy?

Zasadniczo przez kilka tygodni po zabiegu należy unikać wysiłku. W przypadku jakichkolwiek pytań należy skonsultować się z okulistą.

O

P

Na jak długo wystarczają soczewki stosowane w zabiegach usuwania zaćmy?

Soczewki wewnątrzgałkowe są trwałe i zwykle wystarczają na całe życie. Wybrana soczewka będzie miała wpływ na jakość wzroku po zabiegu. Inwestując we wzrok, inwestujemy w przyszłość.

O

PIŚMIENNICTWO:

1. Cataract Surgery. Strona internetowa Mayo Clinic. [https://www.mayoclinic.org/ tests-procedures/cataract-surgery/about/pac-20384765](https://www.mayoclinic.org/tests-procedures/cataract-surgery/about/pac-20384765). Aktualizacja: 15 marca 2021 r. Dostęp: 18 maja 2021 r.
2. Mayo Clinic. Cataracts. Dostępne pod adresem: [https:// www.mayoclinic.org/diseases-conditions/ cataracts/symptoms-causes/syc-20353790? page=0&citems=10](https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/cataracts/symptoms-causes/syc-20353790?page=0&citems=10). Dostęp: 26 lutego 2020 r.
3. American Academy of Ophthalmology. What is Astigmatism? Dostępne na stronie: <https://www.aao.org/eye-health/ diseases/ what-is-Astigmatism>. Dostęp: 3 marca 2020.
4. What Is Presbyopia? – American Academy of Ophthalmology. Dostępne pod adresem: [https:// www.aao.org/eye-health/diseases/ what-is-presbyopia](https://www.aao.org/eye-health/diseases/ what-is-presbyopia). Dostęp: 18 maja 2021 r.
5. Facts about cataract. Strona internetowa National Eye Institute: https://nei.nih.gov/health/cataract/ cataract_facts. Aktualizacja: wrzesień 2015 r. Dostęp: 19 marca 2019 r.
6. Kohnen, T. First implantation of a diffractive quadrifocal (trifocal) intraocular lens. *J Cataract Refract Surg.* 2015;41(10):2230–2332. DOI:10.1016/j.jcrs.2015.11.012.
7. Canadian Association of Optometrists. The eye exam. [https:// opto.ca/health-library/ the-eye-exam](https://opto.ca/health-library/ the-eye-exam). Dostęp: 18 maja 2017 r.
8. Kohen i wsp., Visual Performance of a Quadrifocal (Trifocal) Intraocular Lens Following Removal of the Crystalline Lens, *American Journal of Ophthalmology* 2017, Dostęp: 18 maja 2021 r.
9. Visual and Patient-Reported Outcomes of a Diffractive Trifocal Intraocular Lens Compared with Those of a Monofocal Intraocular Lens, Satish Modi, MD, FRCS(C), Robert Lehmann, MD, Andrew Maxwell, MD, PhD, Kerry Solomon, MD, Robert Cionni, MD, Vance Thompson, MD, Jeffrey Horn, MD, Michael Caplan, MD, Bret Fisher, MD, Jerry G. Hu, MD, Elizabeth Yeu, MD, AAO, marzec 2020 r.
10. Jing Liu, Yi Dong and Yan Wang Efficacy and safety of extended depth of focus intraocular lenses in cataract surgery: a systematic review and meta-analysis 2019 Liu i wsp. *BMC Ophthalmology*.
11. Hadrill M. Cataract surgery recovery: 8 tips to minimize recovery time. Strona internetowa: All About Vision. [https:// www.allaboutvision.com/conditions/cataract-surgery-recovery.htm](https://www.allaboutvision.com/conditions/cataract-surgery-recovery.htm). Aktualizacja: październik 2016 r. Dostęp: 16 kwietnia 2019 r.
12. Softing Hataye A. Cataract surgery: will my vision deteriorate after cataract surgery? Strona internetowa Mayo Clinic: <https://www.mayoclinic.org/ tests-procedures/cataract-surgery/ expert-answers/ cataract-surgery/faq-20058200>. Aktualizacja: 4 marca 2017 r. Dostęp: 16 kwietnia 2019 r.
13. A Comparative Evaluation of a New Generation of Diffractive Trifocal and Extended Depth of Focus Intraocular Lenses Beatrice Cochener, MD, PhD; Guillaume Boutillier, MD; Mathieu Lamard, PhD; Claire Auberger-Zagnoli, MD, *Journal of Refractive Surgery* • t. 34, nr 8, 2018

© 2021 Alcon Inc. 07/21
PL-ACICAT-2300001



OŚRODEK
OKULISTYKI
KLINICZNEJ