Vision Initiative

A partnership promoting eye health and vision care

கண் பார்வை இழப்பு சம்பந்தப்பட்டக் குடும்ப வரலாறு உங்களுக்கு இருக்கிறதா?

கண் பிரச்சினை உள்ள யாராவது ஒருவர் உங்கள் குடும்பத்தில் இருந்தால், உங்களுக்கும் ஒரு பிரச்சினை ஏற்படுவதற்கான ஆபத்து அதிகமாக இருக்கலாம்.

உங்கள் பார்வையில் மாற்றம் ஏற்படுவதை நீங்கள் அவதானிக்கும் முன்பாக, விழிச் சோதனை ஒன்று ஆரம்பத்திலேயே பிரச்சினைகளைக் கண்டுபிடிக்கக் கூடும். எவ்வளவு சீக்கிரம் பிரச்சினையைக் கண்டுபிடிக்கின்றோமோ அவ்வளவு அதி சிறப்பாக அதற்கு சிகிச்சையளிக்கப்பட இயலும்.

உங்களது குடும்ப வரலாறைத் தெரிந்துகொள்வது ஏன் முக்கியம்

சில கண் பிரச்சினைகளுக்குக் குடும்பத் தொடர்பு உண்டு, மேலும் இவை பரம்பரை பரம்பரையாகக் கடத்தப்படலாம். அவுஸ்திரேலியாவில் பார்வையின்மையையும் பார்வை இழப்பையும் ஏற்படுத்தும் இரண்டு பிரதானமான காரணங்கள் பெரும்பாலும் குடும்பத்தினரிடையே காணப்படுகின்றன.

- வயதோடு சம்பந்தப்பட்ட விழிமையச் சிதைவு (ஏ.ம்.டி) (Age-related macular degeneration [AMD]) மத்தியக் கண்பார்வையைப் பாதிக்கிறது. பொதுவாகக் காலப்போக்கில் இது தீவிரமடையும். குடும்பத்தில் AMD வரலாறு உள்ளவர்களுக்கு இந்த நோய் ஏற்படுவதற்கான சாத்தியம் நான்கு மடங்கு அதிகம்.
- கண்ணீர் அழுத்த நோய் (glaucoma) பெரும்பாலும் படிப்படியாக முற்றும். பக்கப்பார்வை (peripheral [side] vision) இழப்பில் துவங்கி மெதுவாக இது பார்வை இழப்பு வரைக்கும் செல்லக்கூடும். கண்ணீர் அழுத்த நோய பெற்றோர்கள் அலல்து உடன்பிறப்புக்கள் உள்ளவர்களுக்கும் இந்த நோய் ஏற்படுவதற்கான சாத்தியக்கூறு எட்டு மடங்கு அதிகம்.

Do you have a family history of vision loss?

If someone in your family has a problem with their eyes, you may be more at risk of developing a problem too.

An eye test can detect problems early before you notice a change in your vision. The earlier the problem is detected, the better it may be treated.

Why knowing your family history is important

Some eye problems have a family link and can be passed through generations. Two of the most common causes of blindness and vision loss in Australia often run in families.

- Age-related macular degeneration (AMD) affects central vision. It usually gets worse over time. People with a family history of AMD are four times more likely to develop the disease.
- Glaucoma often develops slowly. It can lead to gradual vision loss starting with the loss of peripheral (side) vision. People with parents or siblings with glaucoma, are eight times more likely to develop glaucoma too.

Tamil. April 2017. மூலவளங்களை வேண்டிப் பெறலாம்.
விக்டோரிய மாநில அரசாங்கத்தின் ஆதரவிற்கு Vision 2020 Australia ஏற்பு அளிக்கிறது

VICTORIA State Government

பொதுவாக, துவக்க நிலைகளில் AMD மற்றும் கண்ணீர் அழுத்த நோய நோய்களுக்கு அறிகுறிகள் இருக்காது.

இந்த நோய்களைத் துவக்கத்திலேயே கண்டுபிடித்து அவற்றிற்குச் சிகிச்சையளிப்பது அவற்றின் வளர்ச்சியைக் குறைக்கலாம் அல்லது இவை தீவிரமடைவதைத் தடுக்கலாம்.

என்ன செய்யலாம்?

- கண் பரிசோதகர் ஒருவரிடம் (பார்வைச் சோதகர் (optometrist) அல்லது கண் மருத்துவர் (ophthalmologist)) தவறாமல் விழிச் சோதனைகளை மேற்கொள்ளுங்கள். பார்வை இழப்பு ஏற்படுவதற்கு முன்பாக விழிச் சோதனைகளால் கண் பிரச்சினைகளை ஆரம்பத்திலேயே கண்டுபிடிக்க இயலும்.
- கண் பார்வையில் மாற்றம் எதையும் நீங்கள் அவதானித்தால், தாமதிக்காமல் கண் பரிசோதகர் ஒருவரைப் பாருங்கள்.
- உங்கள் குடும்பத்தாருடன் இது குறித்துப் பேசுங்கள். அவர்களுடைய கண் நலனைப் பற்றி மேலும் தெரிந்துகொள்ளுங்கள்.
- ஏற்கனவே உங்களுக்குக் கண் பிரச்சினை ஒன்று இருந்தால், குடும்பத் தொடர்பு எதுவும் இருக்கிறதா என்று உங்களுடைய கண் பரிசோதகரைக் கேளுங்கள். அப்படி இருந்தால் உங்கள் குடும்பத்துடன் பேசுங்கள். தவறாமல் விழிச் சோதனைகளை மேற்கொள்ளுமாறு அவர்களை ஊக்குவியுங்கள்.

உங்கள் கண் பார்வையைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளுங்கள் - பரிசோதனை செய்துகொள்ளுங்கள்

மேலதிகத் தகவல்களுக்கு

கண் பரிசோதகர் அல்லது பொது மருத்துவர் (GP) ஒருவரிடம் பேசுங்கள்.

1800 111 709 எனும் இலக்கத்தில் ‘அவுஸ்திரேலிய மையவிழி நோய் நிறுவன’ (Macular Disease Foundation Australia)த்துடன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள் அல்லது www.mdfoundation.com.au எனும் வலைத்தளத்திற்குச் செல்லுங்கள்.

AMD and glaucoma usually have no symptoms in the early stages.

Early detection and treatment can help slow them or stop them from getting worse.

What to do now

- Have regular eye tests with an eye health professional (optometrist or ophthalmologist). Eye tests can help detect eye problems early before sight is lost.
- Visit an eye health professional without delay if you notice a change in vision.
- Talk to your family. Find out more about their eye health.
- If you already have an eye problem, ask your eye health professional if there is a family link. If there is, talk to your family. Encourage them to have regular eye tests.

Save your Sight—Get Tested

For more information

Speak to an eye health professional or your GP.

To find out more on AMD call Macular Disease Foundation Australia on 1800 111 709 or visit www.mdfoundation.com.au

1800 500 880 எனும் இலக்கத்தில் ‘அவுஸ்திரேலிய கண்ணீர் அழுத்த நோய அமைப்பு’(Glaucoma Australia)டன் தொடர்பு கொள்ளுங்கள் அல்லது www.glaucoma.org.au எனும் வலைத்தளத்திற்குச் செல்லுங்கள்.

செல்க: www.visioninitiative.org.au

பெரும்பான்மையான பார்வைச் சோதனை சேவைகளுக்கு மெடிகெயர் (Medicare) தள்ளுபடி உண்டு. பார்வைச் சோதனையாளர் ஒருவரைப் பார்க்க பரிந்துரை ஒன்று தேவையில்லை. தேவைப்பட்டால், உங்களது பொது மருத்துவர் (GP) அல்லது பார்வைச் சோதகர், கண் மருத்துவர் ஒருவரைப் பார்க்க உங்களைப் பரிந்துரைக்கலாம்.

பார்வை இழப்பிற்கு ஏற்ற சரிப்படுத்தல்களைச் செய்துகொண்டு, சுதந்திரமாக இருந்து தாம் விரும்பும் நடவடிக்கைகளில் தொடர்ந்து ஈடுபட உதவும் சேவைகளும் ஆதரவுதவிகளும் உள்ளன. மேலதிகமாகத் தெரிந்துகொள்ள கண் பரிசோதகர் ஒருவர் அல்லது உங்களது பொது மருத்துவருடன் பேசுங்கள்.

To find out more on glaucoma, contact Glaucoma Australia on 1800 500 880 or visit www.glaucoma.org.au

Visit www.visioninitiative.org.au

A Medicare rebate is available for most optometry services. You do not need a referral to see an optometrist. If required, your GP or optometrist can refer you to an ophthalmologist.

There are services and supports to help people adjust to vision loss, remain independent and continue to take part in their chosen activities. Speak to an eye health professional to find out more.