Vision Initiative

A partnership promoting eye health and vision care

ஒளிக்கதிர் குவியக்குறைபாடு

சரி செய்யப்படாத ஒளிக்கதிர் குவியக்குறைபாடானது பார்வையை எப்படிப் பாதிக்கும் என்பதற்கான உதாரணத்தை இந்தப் படம் காண்பிக்கிறது.

ஒளிக்கதிர் குவியக்குறைபாடு என்பது என்ன?

நாம் பார்க்கும் பொருட்களது உருவத்தின் மீது கண்ணால் தெளிவாகக் குவிவு செய்ய இயலாதபோது ஏற்படும் சாதாரணமான கண் கோளாறு ஒளிக்கதிர் குவியக்குறைபாடு என்று சொல்லப்படுகிறது.

வெவ்வேறு வகையான ஒளிக்கதிர் குவியக் குறைபாடுகள் உள்ளன. உதாரணத்திற்கு, ‘கிட்டப் பார்வை’ மற்றும் ‘தூரப் பார்வை’ ஆகியன ஏற்படுவதும், அல்லது நமக்கு வயதாக ஆக வாசிப்பதற்குக் கண்ணாடிகள் தேவைப்படுவது (இதை வெள்ளெழுத்து என்று சொல்வார்கள், அதாவது கிட்டப் பார்வைக் குறைவு (presybyopia)) போன்றவையும் ஒளிக்கதிர் குவியக் குறைபாடுகளின் பொதுவான வகைகளாகும்.

பொதுவாக, கண் கண்ணாடிகள் அல்லது தொடு வில்லைகள் (contact lenses) ஆகியவற்றைப் பாவித்து ஒளிக்கதிர் குவியக்குறைபாடு சரி செய்யப்படுகிறது. இதைச் சரி செய்யவில்லை என்றால், இது பார்வைக் குறைபாட்டை ஏற்படுத்தி அன்றாட நடவடிக்கைகளான வாகனம் ஓட்டுதல், மற்றும் வாசித்தல் போன்ற காரியங்களில் குறுக்கிடக் கூடும்.

Refractive error

This image shows an example of how uncorrected refractive error may affect vision.

What is refractive error?

Refractive error is a common eye disorder that occurs when the eye cannot clearly focus on the images of objects looked at.

There are different types of refractive errors. For example, being ‘short-sighted’, ‘long-sighted’ or needing glasses to read as we get older (known as presbyopia) are common types of refractive errors.

Refractive error is usually corrected with glasses or contact lenses. If not corrected, it can cause vision impairment and interfere with daily activities such as driving and reading.

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

VICTORIA State Government

திருத்தப்படாத ஒளிக்கதிர் குவியக்குறைபாடு அவுஸ்திரேலியாவில் மிகவும் பொதுவாகக் காணப்படும் பார்வைக் குறைபாடாகும்.

அறிகுறிகள் யாவை?

- சில வேளைகளில் அல்லது அனைத்து வேளைகளிலும் தூரத்தில் அல்லது நெருக்கத்தில் உள்ளவற்றைப் பார்க்கும் போது பார்வை மங்கலாக இருத்தல்.
- முயற்சி செய்து உற்றுப் பார்க்க வேண்டிய தேவை, கண் களைப்பு, தலைவலிகள் அல்லது குறைந்துபோன கவனக்குவிவு ஆகியன சிலருக்கு ஏற்படலாம்.
- பார்வையில் உண்டாகும் மாற்றங்கள் படிப்படியாக ஏற்படும். விழிச் சோதனை ஒன்றை மேற்கொள்ளும் வரை இந்த மாற்றங்களைப் பெரும்பாலும் அவதானிக்க இயலாது.

யாருக்கு ஆபத்து?

- அனைத்து வயதினரையும் ஒளிக்கதிர் குவியக்குறைபாடு பாதிக்கக்கூடும்.
- ஒளிக்கதிர் குவியக்குறைபாட்டிற்கான குடும்ப வரலாறு உள்ளவர்களுக்கு இதற்கான ஆபத்து அதிகம்.
- அனைத்து வகைப்பட்ட ஒளிக்கதிர் குவியக் குறைபாடுகளும் காலப் போக்கில் மாறக்கூடும். வயது கூடும்போது ‘வெள்ளெழுத்து’ ஏற்படுவது பொதுவானது.

Uncorrected refractive error is the most common cause of vision impairment in Australia.

What are the symptoms?

- Blurred vision when looking into the distance or close up, some or all of the time.
- Some people may experience eye strain, fatigue, headaches or reduced concentration.
- Changes in vision are gradual. They are often not noticed until having an eye test.

Who is at risk?

- Refractive error can affect people of all ages.
- People with a family history of refractive error are more at risk.
- All types of refractive error can change over time. Presbyopia is more common with age.

என்ன செய்யலாம்?

- கண் பரிசோதகர் ஒருவரிடம் (பார்வைச் சோதகர் (optometrist) அல்லது கண் மருத்துவர் (ophthalmologist)) தவறாமல் விழிச் சோதனைகளை மேற்கொள்ளுங்கள்.
- பார்வையைச் சரி செய்து அதை மேம்படுத்துவதற்கு, பொதுவாகக் கண் பரிசோதகர்கள் கண் கண்ணாடிகள் அல்லது தொடு-வில்லைகளைப் பரிந்துரைப்பர்.
- சில வகைப்பட்ட ஒளிக்கதிர் குவியக் குறைபாடுகளை லேஸர் அறுவைசிகிச்சை மூலம் சரி செய்ய இயலும். இந்தத் தெரிவு அனைவருக்கும் பொருந்தாது.

காலப் போக்கில் பார்வை மாறக்கூடும். நீங்கள் ஏற்கனவே கண் கண்ணாடிகள் அல்லது தொடு வில்லைகளைப் பாவித்து வந்தால், விழிச் சோதனைகளைத் தவறாமல் மேற்கொண்டு உங்களுடைய கண் பரிசோதகர் அறிவுரைக்கும்போது உங்களுடைய கண் கண்ணாடிகளை மாற்றுங்கள்.

உங்கள் கண் பார்வையைப் பாதுகாத்துக் கொள்ளுங்கள் - பரிசோதனை செய்துகொள்ளுங்கள்

மேலதிகத் தகவல்களுக்கு

கண் பரிசோதகர் அல்லது பொது மருத்துவர் (GP) ஒருவரிடம் பேசுங்கள்.

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.

What can be done?

- Have regular eye tests with an eye health professional (optometrist or ophthalmologist).
- Eye health professionals will usually prescribe glasses or contact lenses to correct and improve vision.
- Laser surgery can correct some forms of refractive error. This will not be an option for everyone.

Sight can change over time. If you already wear glasses or contact lenses, have regular eye tests and update your prescription when advised by your eye health professional.

Save Your Sight - Get Tested

For more information

Speak to an eye health professional or GP.

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.

தள்ளுபடி செய்யப்பட்ட குறைந்த விலைக் கண் கண்ணாடிகளுக்கு சிலர் தகுதி பெறக்கூடும். மேலதிகமாய்த் தெரிந்துகொள்ள 03 9349 7400 எனும் இலக்கத்தில் 'Australian College of Optometry'-யை அழையுங்கள். அல்லது www.aco.org.au எனும் வலைத்தளத்திற்குச் செல்லுங்கள்.

கடும் ஒளிக்கதிர் குவியக்குறைபாடு உள்ளவர்களுக்கு அவர்களது பார்வையை மேம்படுத்துவதில் மேலதிக உதவி தேவைப்படக் கூடும். கிடைக்கும் சேவைகள் மற்றும் ஆதரவுதவிகளைப் பற்றித் தெரிந்துகொள்ள கண் பரிசோதகர் அல்லது பொது மருத்துவர் (GP) ஒருவரிடம் பேசுங்கள்.

Some people may be eligible for subsidised, low-cost glasses. To find out more, call the Australian College of Optometry on 03 9349 7400 or visit www.aco.org.au

People with severe refractive error may need extra help to improve their vision. Speak to an eye health professional or your GP to find out more.