

الزَّرَق (أو مرض الجلوكوما)

Glaucoma

This image shows an example of how glaucoma may affect vision over time.

What is glaucoma?

Glaucoma is a group of eye diseases that slowly damage the nerve for vision at the back of the eye ('optic nerve'). It is often linked to high pressure inside the eye but can also occur with normal pressure.

Glaucoma is one of the leading causes of blindness and vision loss in Australia. Only half of Australians with glaucoma know they have it.

Early detection and treatment can prevent or delay much of the vision loss caused by glaucoma.

What are the symptoms?

- Often glaucoma has no symptoms until significant damage has been done to the optic nerve.
- It can lead to vision loss which often starts with the loss of peripheral (side) vision. In most cases this is gradual.
- Can develop in both eyes, but one eye may be worse than the other.
- Very rarely, people may develop a sudden-onset, painful form of glaucoma with rapid loss of vision. This is a medical emergency.



يظهر في الصورة مثال عن كيفية تأثير الزَّرَق على النظر مع مرور الزمن.

ما هو الزرق؟

الزرق هو مجموعة من امراض العين تسبب تلفا بطيئا للعصب المختص بالنظر والموجود في الجزء الخلفي من العين ('العصب البصري'). وهو غالبا ما يرتبط بالضغط العالي داخل العين ولكنه يمكن ان يحدث مع الضغط الاعتيادي.

الزرق أحد أبرز أسباب العمى وفقدان البصر في استراليا. فقط نصف الأستراليين الذين لديهم الزرق يعرفون انهم مصابون به.

يمكن للاكتشاف المبكر للمرض ومعالجته ان يمنع او يؤخر معظم فقدان البصر الذي يسببه الزرق.

ما هي الأعراض؟

- ليس للزرق أعراض غالبا الى حين حصول تلف كبير بالعصب البصري.
- يمكن ان يؤدي الى فقدان البصر الذي يبدأ غالبا بفقدان البصر المحيطي (الجانبية). يحصل ذلك تدريجيا في أغلب الحالات.
- يمكن حصوله في العينين، لكن قد تكون إحداها أسوأ من الأخرى.
- ينذر جدا ان يظهر فجأة نمط من الزرق المؤلم فيسبب فقدان البصر سريعا. ان هذه حالة طبية طارئة.

Who is at risk?

- All people aged over 40. The risk increases with age. People aged over 70 are three times more likely to develop glaucoma than those aged 40.
- People with a family history of glaucoma. They are up to eight times more likely to develop the condition.
- People of African or Asian descent.
- People who have diabetes.
- People who are very short- or long-sighted.
- People who have had previous eye injuries or who take corticosteroid medications.

What can be done?

- Have regular eye tests with an eye health professional (optometrist or ophthalmologist). These should include a check of the optic nerve and eye pressure.
- Visit an eye health professional without delay if vision changes.

Early detection is essential. Don't wait for symptoms, have regular eye tests.

When glaucoma is diagnosed, treatment can usually slow or stop the disease from getting worse. Treatments aim to maintain vision throughout life.

Save Your Sight - Get Tested

For more information

Speak to an eye health professional or GP.

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 participate in their chosen activities. Speak to an eye health professional or your GP to find out more.

من الذي يكون في خطر؟

- جميع الأشخاص بعمر يفوق 40. يزداد الخطر مع تقدم العمر. الأشخاص الذين يزيد عمرهم عن 70 أكثر عرضة للإصابة بالزرق بثلاث أضعاف من هم بعمر 40.
- الأشخاص الذين لدى أسرهم بالسابق حالات الزرق يكونون أكثر عرضة للإصابة بالمرض بثمانية أضعاف.
- أشخاص من أصل أفريقي أو آسيوي.
- أشخاص مصابون بمرض السكري.
- أشخاص مصابون تماما بقصر النظر أو بعد النظر.
- أشخاص لديهم إصابات سابقة بالعين أو يتناولون أدوية كورتيكوستيرويد corticosteroid.

ماذا يمكنك ان تفعل؟

- إحص عينيك بانتظام عند متخصص صحي (إحصائي قياس النظر أو طبيب العيون). يجب ان يشمل ذلك فحص العصب البصري وضغط العين.
- راجع المتخصص الصحي بالعيون بدون تأخير اذا حصل تغيير بالنظر.

أن اكتشاف وجود المرض مبكرا امر اساسي. لا تنتظر الأعراض، قم بإجراء فحوصت منتظمة للعين.

حين يتم تشخيص الزرق يمكن ان تقوم المعالجة عادة بإبطاء المرض أو توقيفه المضي نحو الأسوأ. تهدف المعالجات للحفاظ على البصر على مدى الحياة.

أنقذ بصرك - قم بإجراء الفحوصات

للحصول على مزيد من المعلومات

تحدث الى متخصص صحي بالعيون أو الطبيب العام.

اتصل مع Glaucoma Australia على 1800 500 880 او ادخل على www.glaucoma.org.au

ادخل على www.visioninitiative.org.au

ان تخفيض Medicare متوفر لمعظم خدمات قياس النظر. لا تحتاج لتحويل لأجل مراجعة إحصائي قياس النظر. لو لزم الأمر فيإمكان الطبيب العام أو إحصائي قياس النظر اللذين تراجعهما تحويلك الى طبيب العيون.

هناك خدمات ومساندات لمساعدة الأشخاص للتكيف مع فقدان البصر والحفاظ على استقلاليتهم والاستمرار بالمشاركة في نشاطاتهم المختارة. تحدث مع متخصص بصحة العين أو الطبيب العام الذي تراجعته لتعرف المزيد.

