

## Καταρράκτης



Η εικόνα αυτή δείχνει ένα παράδειγμα του τρόπου με τον οποίο ο καταρράκτης μπορεί να επηρεάσει την όραση.

### Τι είναι ο καταρράκτης;

Ο καταρράκτης είναι η θόλωση του φακού μέσα στον οφθαλμό που μπορεί να οδηγήσει σε κακή όραση.

Οι περισσότεροι καταρράκτες σχηματίζονται ως αποτέλεσμα γήρανσης και μακροχρόνιας έκθεσης σε υπεριώδη ακτινοβολία.

Ο καταρράκτης είναι η κύρια αιτία για την αναστρέψιμη απώλεια της όρασης στην Αυστραλία.

### Ποια είναι τα συμπτώματα;

Ο καταρράκτης συνήθως σχετίζεται με:

- Αργή και ανώδυνη θόλωση της όρασης που δεν μπορεί να βελτιωθεί με τα γυαλιά μυωπίας.
- Αυξημένη ευαισθησία στο έντονο φως, όπως κατά την οδήγηση τη νύχτα.
- Αλλαγές στο πώς φαίνονται τα χρώματα. Τα αντικείμενα μπορεί να φαίνονται ότι έχουν μια κίτρινη ή καφέ απόχρωση.

### Cataracts

This image shows an example of how cataracts may affect vision.

### What is a cataract?

A cataract is a clouding of the lens inside the eye which may result in poor vision.

Most cataracts form as a result of ageing and long-term exposure to ultraviolet light.

Cataracts are a leading cause of reversible vision loss in Australia.

### What are the symptoms?

Cataracts are usually associated with:

- Slow and painless blurring of vision that may not improve with prescription glasses.
- Increased sensitivity to bright lights, such as while driving at night.
- Changes in how colour is seen. Objects may appear to have a yellow or brown tinge.

## Ποιοι διατρέχουν κίνδυνο;

- Τα άτομα ηλικίας άνω των 40 ετών. Για κάθε δεκαετία ηλικίας άνω των 50 ετών ο κίνδυνος υπερδιπλασιάζεται.
- Τα άτομα που εκτίθενται στον ήλιο για μεγάλα χρονικά διαστήματα, όπως οι αγρότες και αυτοί που εργάζονται στην ύπαιθρο.
- Τα άτομα που έχουν διαβήτη, οι καπνιστές και όσοι έχουν χρησιμοποιήσει κορτικοστεροειδή φάρμακα για μεγάλο χρονικό διάστημα.
- Τα άτομα που έχουν υποστεί τραυματισμό στους οφθαλμούς.

## Τι μπορεί να γίνει;

- Να φοράτε γυαλιά του ηλίου και ένα καπέλο όταν βρίσκεστε στην ύπαιθρο για να προστατέψετε τους οφθαλμούς σας από τον ήλιο.
- Να σταματήσετε το κάπνισμα.
- Να κάνετε τακτικές οφθαλμιατρικές εξετάσεις μ' έναν οφθαλμολόγο (οπτομέτρη ή οφθαλμίατρο). Οι οφθαλμιατρικές εξετάσεις είναι απαραίτητες για την ανίχνευση του καταρράκτη.
- Να επισκεφθείτε έναν οφθαλμολόγο, χωρίς καθυστέρηση, αν η όρασή σας αλλάζει με ταχείς ρυθμούς.

Τα καινούργια γυαλιά μπορεί να βοηθήσουν να βελτιωθεί η όραση κάποιων ανθρώπων. Αλλά καθώς ο καταρράκτης επιδεινώνεται, μπορεί να χρειαστεί χειρουργική επέμβαση για να αποκατασταθεί η όραση.

Η χειρουργική επέμβαση καταρράκτη εκτελείται από έναν οφθαλμίατρο. Ο θολός φακός στον οφθαλμό αντικατασταίνεται μ' έναν νέο συνθετικό. Η χειρουργική επέμβαση καταρράκτη είναι συνηθισμένη, πολύ ασφαλής, και γίνεται συνήθως ως ημερήσια χειρουργική διαδικασία με τοπική αναισθησία.

**Σώστε την Όρασή Σας - Εξεταστείτε**

## Who is at risk?

- People aged over 40. For each decade over 50 years of age the risk more than doubles.
- People who spend long periods of time exposed to sunlight such as farmers and outdoor workers.
- People who have diabetes, smokers and those who have used corticosteroid medications for long periods.
- People who have had an eye injury.

## What can be done?

- Wear sunglasses and a hat when outdoors to protect the eyes from the sun.
- Stop smoking.
- Have regular eye tests with an eye health professional (optometrist or ophthalmologist). Eye tests are essential for the detection of cataracts.
- Visit an eye health professional without delay if your vision changes rapidly.

New prescription glasses may help to improve vision for some people. But as cataracts worsen, surgery may be required to restore vision.

Cataract surgery is performed by an ophthalmologist. The cloudy lens in the eye is replaced with a new synthetic one. Cataract surgery is common, very safe, and is usually done as a day surgery procedure under local anaesthesia.

**Save Your Sight - Get Tested**

## Για περισσότερες πληροφορίες

Μιλήστε σ' έναν οφθαλμολόγο ή στο γιατρό σας.

Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα:

[www.visioninitiative.org.au](http://www.visioninitiative.org.au)

Διατίθεται μια έκπτωση του Medicare για τις περισσότερες υπηρεσίες οπτομετρίας. Δεν χρειάζεστε παραπεμπτικό για να δείτε έναν οπτομέτρη. Αν χρειαστεί, ο γιατρός σας ή ο οπτομέτρης σας μπορεί να σας παραπέμψει σ' έναν οφθαλμίατρο.

Υπάρχουν υπηρεσίες και υποστηρίξεις για να βοηθήσουν τους ανθρώπους να προσαρμοστούν στην απώλεια της όρασης, να παραμείνουν ανεξάρτητοι και να συνεχίζουν να συμμετέχουν στις επιλεγμένες τους δραστηριότητες. Μιλήστε σ' έναν οφθαλμολόγο ή στο γιατρό σας για να μάθετε περισσότερα.

## For more information

Speak to an eye health professional or GP.

Visit [www.visioninitiative.org.au](http://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 or your GP to find out more.