

Thoái hóa đốm vàng do tuổi tác (Age-related macular degeneration - AMD)



Hình ảnh này cho thấy một thí dụ về việc AMD có thể ảnh hưởng đến thị lực thế nào.

AMD là gì?

AMD là một bệnh liên quan đến tình trạng lão hóa mà ảnh hưởng đến thị lực trung tâm. Thị lực trung tâm cần cho việc nhìn thấy rõ vật thể có các chi tiết và là quan trọng cho các công việc hàng ngày như đọc và lái xe.

Một số dạng AMD diễn tiến chậm, vì vậy người ta có thể không nhận thấy thị lực của mình đang kém đi cho tới khi bệnh ở vào các giai đoạn muộn. Các dạng khác tiến triển nhanh hơn và có thể dẫn đến việc mất thị lực đột ngột.

Có các biện pháp điều trị hiệu quả cho một số loại AMD. Vì vậy, phát hiện sớm có thể ngăn ngừa được tình trạng mất thị lực.

AMD có các triệu chứng như thế nào?

AMD thường không gây đau. Trong các giai đoạn sớm, AMD thường không có các triệu chứng.

Người bị AMD có thể có một vài hoặc tất cả các triệu chứng sau:

- Thị lực bị méo mó: đường thẳng có thể trông như bị cong queo hay uốn lượn.

Age-related macular degeneration (AMD)

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

What is AMD?

AMD is a disease associated with ageing that affects the central vision. Central vision is needed to see detailed objects clearly and is important for everyday tasks such as reading and driving.

Some forms of AMD advance slowly so people may not notice their vision getting worse until the later stages of the disease. Other forms progress faster and can lead to sudden loss of vision.

Effective treatments exist for some types of AMD. Early detection may therefore prevent vision loss.

What are the symptoms?

AMD does not usually cause pain. It often has no symptoms in the early stages.

People with AMD may have some or all of the following symptoms:

- Distorted vision: straight lines may appear bent or wavy.

- Khó khăn trong việc đọc hay nhìn rõ mặt mà kính thuốc cũng không cải thiện được.
- Các mảng tối hay các khoảng trống không ('các điểm mù') tại trung tâm của tầm nhìn.

Ai có nguy cơ?

- Những người trên 40 tuổi. Nguy cơ này còn tăng nhanh theo tuổi tác. Người ta ước tính là cứ trong bảy người ở tuổi trên 50 tuổi thì có một người bị AMD. Đối với mỗi mười năm sau tuổi 40 tuổi, nguy cơ này lại tăng gấp ba lần.
- Những người có bệnh sử gia đình bị AMD (cha, mẹ hay anh, chị, em).
- Những người hút thuốc lá.

Có thể làm được những gì?

Có các cuộc khám kiểm tra mắt đều đặn với chuyên viên y tế về mắt (chuyên viên đo thị lực hay bác sĩ chuyên khoa mắt).

Các cuộc khám kiểm tra này nên bao gồm một cuộc kiểm tra hoàng điểm tại đáy mắt.

- Gặp chuyên viên y tế về mắt một cách không chậm trễ nếu thị lực thay đổi.
- Bỏ hút thuốc lá.
- Ăn một chế độ ăn tốt cho sức khỏe bao gồm cá, các loại hạt, trái cây tươi và các loại rau lá xanh.

Việc chẩn đoán và điều trị sớm có thể làm chậm lại AMD hoặc ngăn ngừa AMD trở nên tồi tệ hơn. Đừng chờ đến khi có các triệu chứng, hãy có các cuộc khám kiểm tra mắt đều đặn.

Giữ gìn Thị lực của Quý vị – Hãy được Khám Kiểm tra

- Difficulty with reading or clearly seeing faces that does not improve with prescription glasses.
- Dark patches or empty spaces ('blindspots') in the centre of the vision.

Who is at risk?

- People aged over 40. The risk also increases sharply with age. It is estimated that around one in seven people aged over 50 have AMD. For each decade after 40, the risk trebles.
- People with a family history of AMD (parent or sibling).
- Smokers.

What can be done?

Have regular eye tests with an eye health professional (optometrist or ophthalmologist).

These should include a check of the macula at the back of the eye.

- Visit an eye health professional without delay if vision changes.
- Stop smoking.
- Eat a healthy diet including fish, nuts, fresh fruit and leafy green vegetables.

Early diagnosis and treatment can slow AMD or stop it from getting worse. Don't wait for symptoms, have regular eye tests.

Save Your Sight - Get Tested

Để biết thêm thông tin

Nói chuyện với một chuyên viên y tế về mắt hoặc bác sĩ toàn khoa (GP).

Liên lạc Macular Disease Foundation Australia (Cơ quan Nghiên cứu Bệnh Hoàng Điểm Úc) qua số 1800 111 709 hoặc truy cập trang mạng www.mdfoundation.com.au

Xin truy cập trang mạng www.visioninitiative.org.au

Bồi hoàn Medicare luôn sẵn có cho hầu hết các dịch vụ đo thị lực. Quý vị không cần sự giới thiệu để gặp chuyên viên đo thị lực. Nếu cần, bác sĩ toàn khoa (GP) hay chuyên viên đo thị lực của quý vị có thể giới thiệu quý vị tới bác sĩ chuyên khoa về mắt.

Có các dịch vụ và sự hỗ trợ để giúp đỡ mọi người thích nghi với tình trạng mất thị lực, tiếp tục tự lập và tham gia các sinh hoạt mà họ chọn. Hãy nói chuyện với một chuyên viên y tế về mắt hoặc bác sĩ toàn khoa (GP) của quý vị để tìm hiểu thêm.

For more information

Speak to an eye health professional or GP.

Contact the Macular Disease Foundation Australia on 1800 111 709 or visit www.mdfoundation.com.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 or your GP to find out more.