

chức các nhóm tương trợ để người bệnh có cơ hội giúp đỡ lẫn nhau nữa.

Nếu không thạo Anh Ngữ, quý vị nên gọi điện thoại cho Ban Thông Ngôn Qua Điện Thoại (TIS), ở số **131450** trước, nhờ họ liên lạc giúp mình.

Muốn có tài liệu liên quan đến các vấn đề y học thường thức bằng Việt Ngữ, quý vị có thể liên lạc với Trung Tâm Hướng Dẫn và Giáo Dục Y Tế Đa Văn Hóa (Multicultural Communication) trên hệ thống liên mạng, theo địa chỉ dưới đây: www.mhcs.health.nsw.gov.au

Địa chỉ và số điện thoại tại các nơi nêu trên hoàn toàn chính xác trong lúc bài này được viết. Tuy nhiên vì các chi tiết này thường thay đổi, muốn cho chắc chắn xin quý vị xem lại trong niên giám điện thoại.



Vietnamese
[BHC-5370]

Chúng tăng nhãn áp...

Are you at risk from glaucoma?

NSW Multicultural Health Communication Service
Website: <http://www.mhcs.health.nsw.gov.au>
Email: mhcs@sesiahs.health.nsw.gov.au
Tel: (02) 9816 0347



Chứng tăng nhãn áp...

Are you at risk from glaucoma?

Khi nói đến việc giữ gìn mắt, có những lý do chính đáng khiến quý vị cần đi khám mắt thường xuyên. Hiện có một chứng bệnh gọi là chứng tăng nhãn áp (glaucoma) thường gây hư hại cho mắt hết sức chậm và bất ngờ, đến độ người bệnh tuy mắc phải, nhưng không biết. Mãi cho đến khi hai mắt không còn nhìn thấy rõ nữa, thì đã quá muộn. Chưa có loại thuốc nào hoặc phương pháp điều trị nào có thể trị được chứng tăng nhãn áp. Tuy nhiên, những người trên 40 tuổi (hoặc trên 35 nếu quý vị thuộc nhóm người dễ mắc chứng này), nếu đi khám mắt thường xuyên cứ hai năm một lần để tìm những triệu chứng bất thường, thì có thể dễ dàng tránh được những hậu quả khiến mắt có thể bị hư hại vĩnh viễn. Nếu tìm ra bệnh để trị sớm, đa số bệnh nhân của chứng tăng nhãn áp có thể duy trì được thị lực của mình.

Ở Úc, chứng bệnh kể trên thường là một trong những nguyên nhân chính làm nạn nhân bị mù. Con số những người mắc chứng này tương đương với những người bị chứng tiểu đường. Dù bệnh thường xảy ra ở những người thuộc hàng tuổi từ 40 trở lên, nhưng như thế không có nghĩa là trẻ em và giới thanh thiếu niên không mắc phải. Những người dễ mắc chứng tăng nhãn áp gồm những vị trong gia đình đã có người từng bị chứng này rồi. Do đó, nếu biết được cha mẹ hay ông bà của mình đã bị một chứng bệnh về mắt, quý vị nên tìm hiểu kỹ nguyên nhân, phòng trường hợp có thể đó là chứng tăng nhãn áp.

Những nguyên nhân khác có thể dẫn đến bệnh gồm: người bệnh bị tiểu đường hay áp huyết cao; người bệnh bị chứng nhức một bên đầu (biên đầu thống), cận thị, hay trước đây mắt đã từng bị thương, hoặc đã hay đang dùng các loại kích thích tố (như steroids).

Nguyên nhân nào gây ra chứng tăng nhãn áp? Chứng này xảy ra khi tế bào mắt bị hư hại, thông thường là do sự gia tăng áp lực của chất dịch trong mắt đưa đến sự hủy hoại các thần kinh mắt. Nhưng vì hiện tượng nói trên xảy ra rất chậm, và vì nó thường bắt đầu ảnh hưởng đến thị lực ở ngoại biên trước, do đó người bệnh ít lưu tâm tới cho đến khi mắt họ nhìn không rõ nữa.

Điều trị chứng tăng nhãn áp cách nào? Mặc dù hiện nay y học vẫn chưa có cách nào trị dứt chứng bệnh vừa kể, nhưng ít ra người ta cũng có thể giúp tránh hay làm giảm thiểu những thiệt hại đối với thị lực. Tuy thế, các phương pháp chữa trị như kể trên không giúp cho mắt nhìn rõ hơn được. Các phương pháp chữa trị thông thường gồm:

- **Thuốc nhỏ mắt:** đây là phương pháp thường dùng nhất, nhưng phải dùng thường mới có công hiệu. Đôi khi bác sĩ còn cho thêm thuốc uống nữa.
- **Trị bằng tia laser:** tia laser là tia sáng hội tụ được dùng để trị nhiều chứng bệnh khác nhau. Riêng với chứng tăng nhãn áp, người ta dùng tia laser để làm giảm các áp lực do chất dịch ở mắt gây ra. Phương pháp này được dùng trong trường hợp thuốc nhỏ mắt không giúp cho bệnh nhẹ hơn.
- **Giải phẫu:** nếu các phương pháp kể trên không hiệu nghiệm, người ta phải dùng phẫu thuật để làm giảm bớt áp lực của chất dịch trong mắt.

Muốn khám mắt, quý vị nhờ nên bác sĩ gia đình giới thiệu đến một bác sĩ nhãn khoa (ophthalmologist). Ngoài ra, quý vị có thể nhờ một chuyên viên quang cụ (optometrist) khám mà không cần phải có bác sĩ giới thiệu.

Muốn có tài liệu về chứng tăng nhãn áp bằng Việt Ngữ, xin quý vị liên lạc với Cơ Quan Chuyên Môn Về Chứng Tăng Nhãn Áp Úc (Glaucoma Australia), điện thoại số 1902 261 071. Cơ quan này có các nhân viên chuyên môn sẵn sàng giúp đỡ và hướng dẫn cho bệnh nhân của chứng bệnh kể trên; đồng thời còn tổ