

Problem med näthinnans gula fläck?

Ny syn på antioxidanter

Gula fläcken (makula) är ett litet område centralt i ögats näthinna med extra hög koncentration av synceller. Faktorer som stark ljusstrålning, nedbrytande fria radikaler, arv och ålder, skadar dessa celler och gör att man ser alltmer suddigt och ojämnt. Men nya banbrytande behandlingar som kombinerar antioxidanter och injektioner av läkemedel (antikroppar) mot kärlnybildningar ger hopp för många drabbade.

Nya behandlingsmetoder

”Sjukdomar kan behandlas genom att optimera halter av ämnen som normalt finns i kroppen och stärker försvarsmekanismer, vilka är nödvändiga skydd för hälsan”. Uttalandet görs av professor emeritus Peep Algvere, som varit verksam ögonläkare vid Karolinska sjukhuset och S:t Eriks ögonsjukhus. Nya vetenskapliga undersökningar visar nämligen att behandling med antioxidanter i många fall betydligt bromsar utvecklingen av ögonsjukdomen i gula fläcken, åldersrelaterad makuladegeneration,



Peep Algvere
Professor emeritus, ögonläkare.
FOTO: MAGRI ALGVERE

(Age-Related Macular Degeneration, AMD). Med andra ord är det av stor vikt att behandlingen pågår under lång tid och inte avslutas bara för att man inte märker någon omedelbar effekt.

– Antioxidanter, som intas under lång tid,

Kosttillskott med vitaminer och mineraler minskar risken för synnedläggning.

såsom C-vitamin, E-vitamin, lutein, zeaxanthin, samt zink i rätta doser, förmår att neutralisera fria radikaler och begränsa de oxidativa skador som leder till syncellsdöd. Detta innebär en stor framgång för att motverka AMD.

– Makula har en hög koncentration av syre och är känslig för reaktioner som bildar fria radikaler. Ljusstrålning (UV) från solen, men även stark belysning från datorer, TV, mm är faktorer som kan medföra ökad risk. Ögat är därför beroende av ett starkt skydd av antioxidanter som kan ta hand om de reaktiva syreradikalerna.

Drusen AMD

– AMD börjar med att man ser lite suddigt, med små grå fläckar eller skuggor i bilden. Då föreligger ofta så kallad drusen AMD och i detta stadium har antioxidanter visat sig verksamma, säger professor Algvere. Drusen är gulaktiga slaggprodukter som utfällningar mellan celler i makula. Obehandlade, kan drusen växa i storlek och stimulera till avancerade förändringar som torr AMD med förtvinnade celler eller våt AMD med kärlnybildning, blödningar och svullnad som följd. Man får tilltagande synnedläggning, ser linjer i förvriden form och upplever krokseende. Då ska man omedelbart söka ögonläkare!

Långvarigt sjukdomsförlopp

– Behandling vid kärlnybildning och blödningar görs i form av ögoninjektioner innehållande läkemedel som både bromsar och kan tillbakabilda kärntillväxten.

– AMD innebär inte att man helt förlorar synen, men man får nedsatt detaljseende, gradvis allt svårare att läsa, sköta vardagslivet och får inte ha körkort.

– AMD ökar med stigande ålder och drabbar omkring 30 % av äldre, och är lika vanlig som gråstar. För att minska risken att utveckla AMD ska man avstå från rökning och äta rikligt av fet fisk, frukt och grönsaker. Ögonhälsoundersökningar är viktiga för att tidigt upptäcka AMD. Vid förändringar i ögonbotten måste ögonläkare undersöka och bedöma tillståndet.

ANNELI WANG

FAKTA

● De två största studierna av profylax genom antioxidanter är:

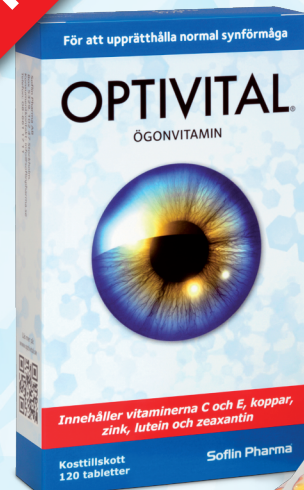
The Age-Related Eye Disease Study (AREDS) och **The Rotterdam Study**.

Båda bygger på ett stort patientunderlag, och påvisar reducering av makuladegeneration i 25-35 procent.

● **C- och E-vitamin**, zink, koppar, lutein och zeaxanthin är de antioxidanter som visat sig ha störst effekt.

● **Solglasögon** hämmar ljusstrålning. Glasen bör skydda mot UV-strålning, vara gula eller bruna, samt ha polariserad slipning.

NYHET!



OPTIVITAL

ÖGONVITAMIN

GULA FLÄCKEN

Vetenskapligt dokumenterad sammansättning av vitaminer och mineraler enligt världens största studie över åldersförändringar i gula fläcken där ca 8 000 patienter följdes under 10 år. Age-Related Eye Disease Study (AREDS).

Innehåll: Vitamin C - 500 mg, Vitamin E - 268 mg, Zink - 25 mg, Koppar - 2 mg, Lutein - 10 mg och Zeaxantin - 2 mg.

OPTIVITAL, det enda kosttillskottet i Sverige med ovan innehåll som till 100% följer senaste AREDS-studien. Publicerad 2013. Inga registrerade biverkningar i studien. Inga kända interaktioner med läkemedel.

OPTIVITAL finns endast hos välsorterade optiker. Du kan även ringa 08-661 17 11 så får du OPTIVITAL fraktfritt levererat hem i brevlådan. Inget abonnemangstvång. Rek. pris i handeln: 285 kr (1 mån. förbrukning).

OPTIVITAL är ett svensktillverkat kosttillskott.