

ÖGATS NORMALA ÅLDRANDE – MEN NÄR BLIR DET SJUKDOM?



Renata Kalman
Överläkare, Ögonkliniken Ryhov

ALLMÄNT ÅLDRANDE

- Biologiska klockan – kroppen har underhålls- och reparationssystem som försämras med åldern
- Kan dock påverkas av vårt leverne

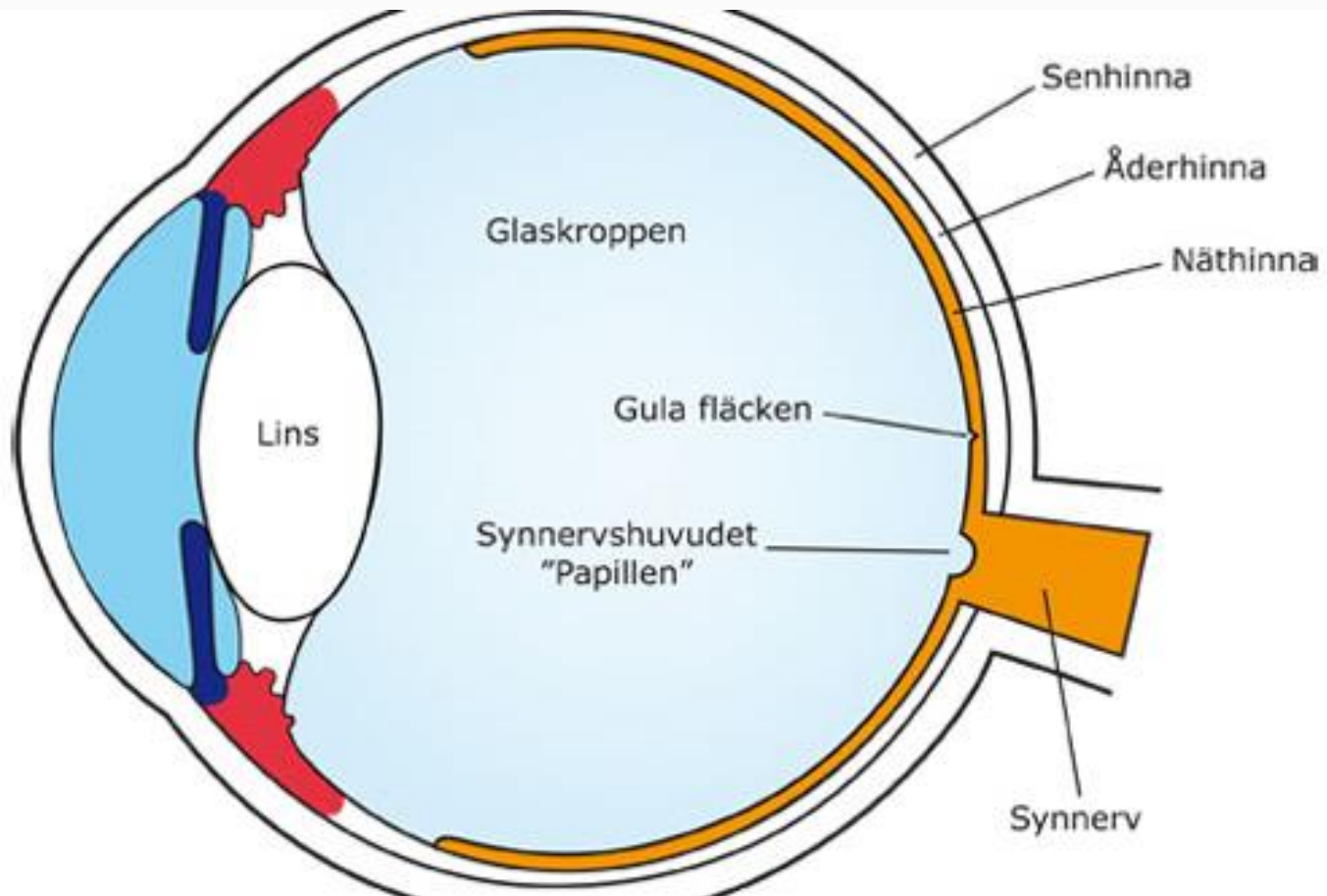


NÄR BLIR DET SJUKDOM?

- Viktigt att skilja normalt åldrande från sjukdom, men ibland svårt, tex gällande grå starr (katarakt) och åldersrelaterad makulopati (AMD).



ÖGATS ANATOMI



ÖGONLOCKENS ÅLDRANDE

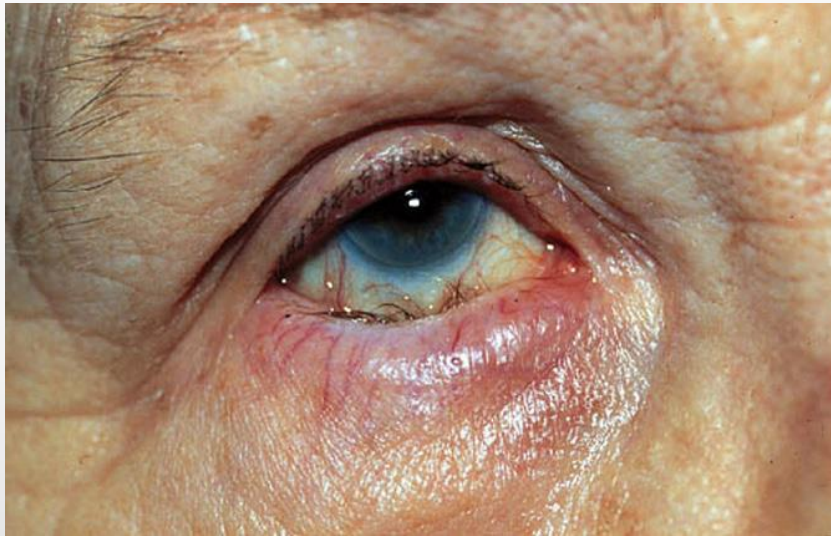
Vävnadsatrofi

- → rynkor och hudveck, tex dermatokalasis
- → insjunkna ögon
- → ptos
- → ögonlocksfelställningar, tex ektropion och entropion → irritation, röda ögon och tårflöde





dermatokalasis



entropion



ektropion



FORTS. ÖGONLOCKENS ÅLDRANDE

Med åren uppkommer det ofta diverse typer av hudförändringar på ögonlocken och kring ögonen

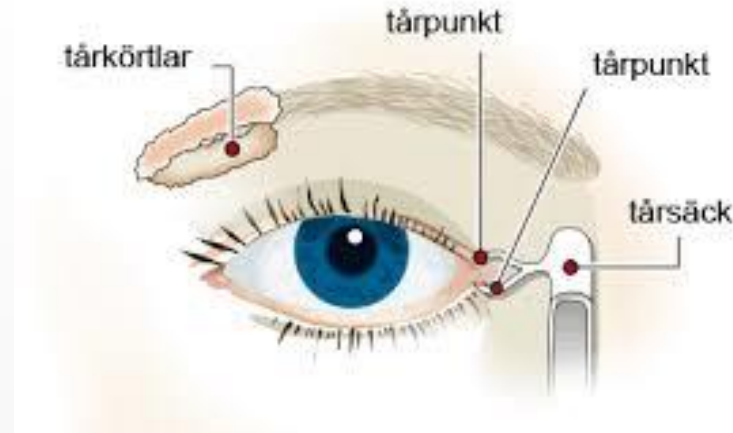
- De allra flesta förändringar är godartade och behöver inte tas bort så länge de inte stör synfältet
- Finns dock maligna förändringar också (precis som på övriga hudkostymen), tex basaliom



BASALIOM



TÅRFLÖDESBESVÄR



Tårarnas uppgift är att smörja ögat, viktigt både för komfort och funktion

- Stenos eller stopp i tårkanaler → tårflöde, synpåverkan
- Förändrad funktion hos de körtlar och celler som producerar tårar → sämre tårkvalité (och minskad tårproduktion) → **torra ögon och blefarit** → rodnad, tårflöde, sveda, gruskänsla, sämre syn



ANDRA ORSAKER TILL TORRA ÖGON

- Kraftig exponering för sol och vind
- Torr inomhusmiljö
- Reumatiska sjukdomar, sköldkörtelsjukdom
- Vissa läkemedel ger torra ögon, tex betablockerare, vätskedrivande, olika psykofarmaka

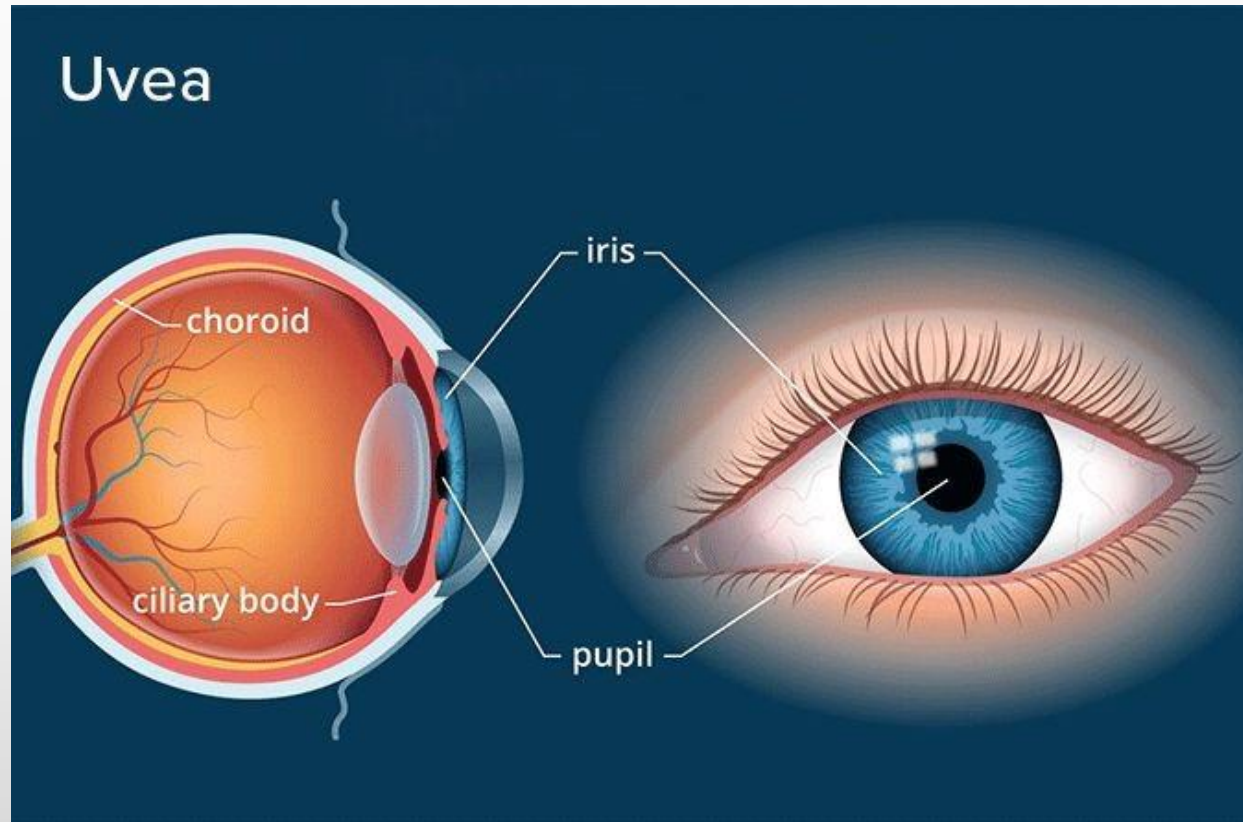


TÅRSUBSTITUT

- En uppsjö av olika preparat, receptfritt på apoteket
- Smaksak vilket som är bäst – man får pröva sig fram
- Rekommendera gärna sort utan konserveringsmedel och av mer långverkande/smörjande typ!



UVEAS OCH KAMMARVINKELNS ÅLDRANDE



FORTS. UVEAS OCH KAMMARVINKELNS ÅLDRANDE

- Sämre filtrationsförmåga av kammarvatten → risk för **förhöjt ögontryck och glaukomutveckling (grön starr)**
- Pupillerna blir mindre (bla pga iris trögare) → ljusinsläppet i ögat minskar och man upplever ett större **behov av god belysning**



FORTS. UVEAS OCH KAMMARVINKELNS ÅLDRANDE

- Förändringar i ciliarkroppen och linsen → successivt minskad ackommodationsförmåga = **presbyopi**



ÅLDERSSYNTHET = PRESBYOPI

- Kommer smygande från ca 40 års ålder
- Man får svårt att se på nära håll och svårt att växla fokus från olika avstånd
- Drabbar alla och går ej att undvika
- Läsglasögon (plus-glas) korrigerar problemet



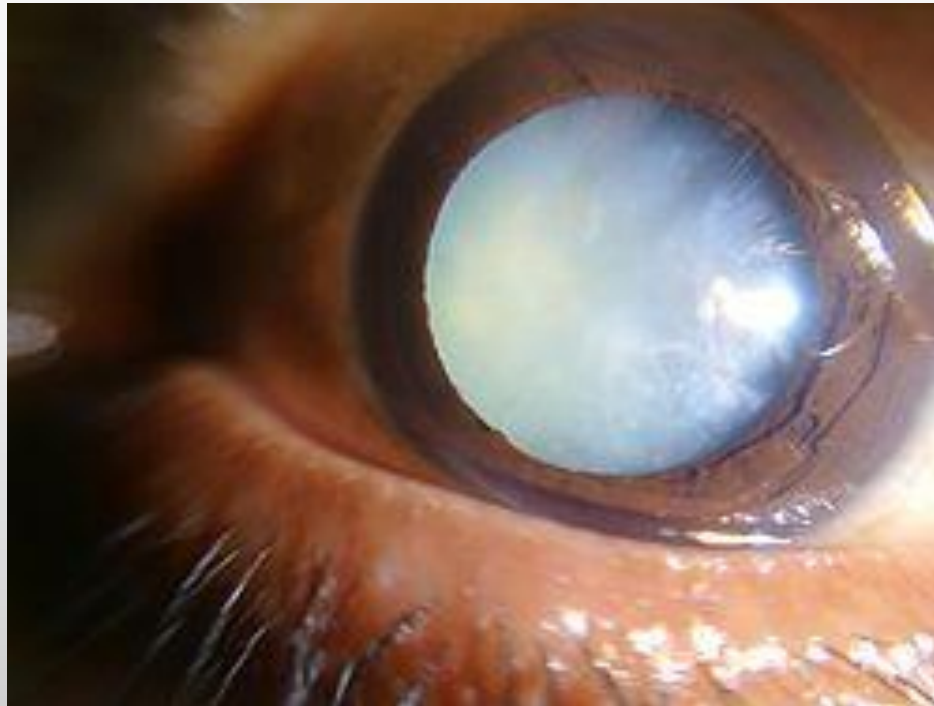
LINSENS ÅLDRANDE

- Vid födseln är linsen klar och genomskinlig
- Med åren sker en gradvis grumling av linsen och den släpper ej längre igenom ljus lika effektivt



TÄT KATARAKT GER BLINDHET

- Till slut kan linsen bli helt gråvit och totalt ogenomskinlig



TECKEN PÅ GRÅSTARR

- Successiv synförsämring
- Färger kan upplevas svagare
- Behovet av ljus ökar
- Man kan bli mer närsynt
- Bländningskänslig
- Dubbelseende på ett öga
- Ej smärtsamt



NÅGRA FAKTA OM GRÅSTARR

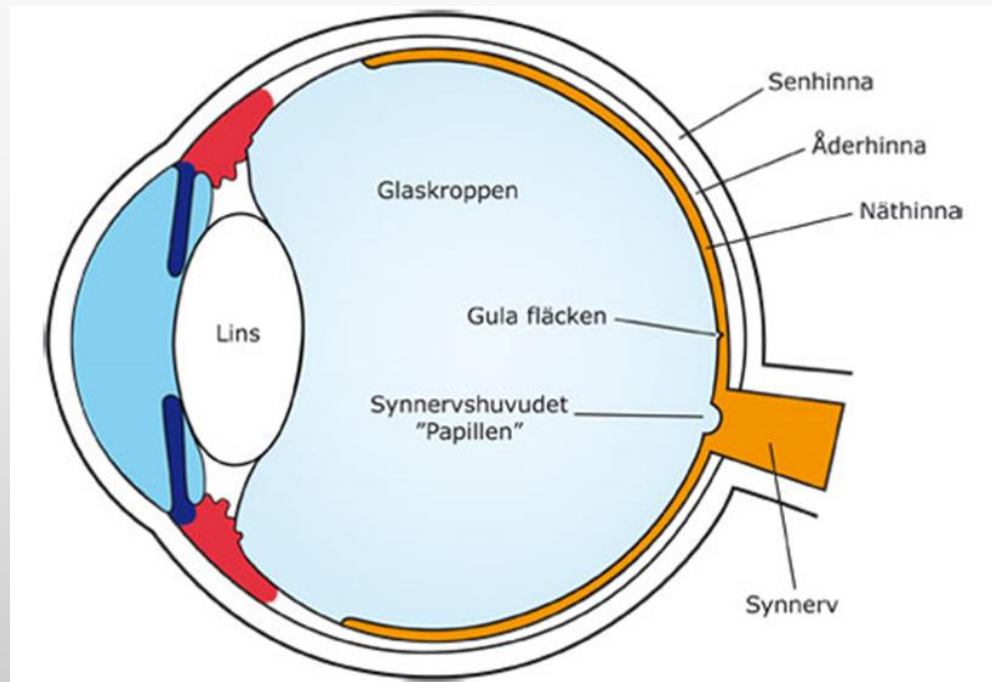
- Vid 65-75 års ålder har ca hälften grå starr
- Vid 90 års ålder har majoriteten grå starr
- Exponering för UV ljus och rökning kan påskynda utvecklingen av grå starr

- Genomsnittsålder för operation är ca 75 år
- Ålder inget hinder
- Varje år opereras ca 120 000 ögon i Sverige
- En av de vanligaste operationerna i landet



GLASKROPPENS ÅLDRANDE

- Glaskroppen är en gelémassa som fyller ut ögats inre
- Omges av en tunn hinna som fäster i näthinnan



FORTS. GLASKROPPENS ÅLDRADE

- Glaskroppen förändras som en del i det naturliga åldrandet
- Diskreta grumlingar börjar uppstå redan i 20-årsåldern
- Så småningom förändras konsistensen och blir mer rörlig → skrumpnar ihop
- Glaskroppen lossnar sedan från sina fästen på näthinnan
- Processen brukar börja kring medelåldern och pat söker oftast i 60-årsåldern med **glaskroppsavlossning**



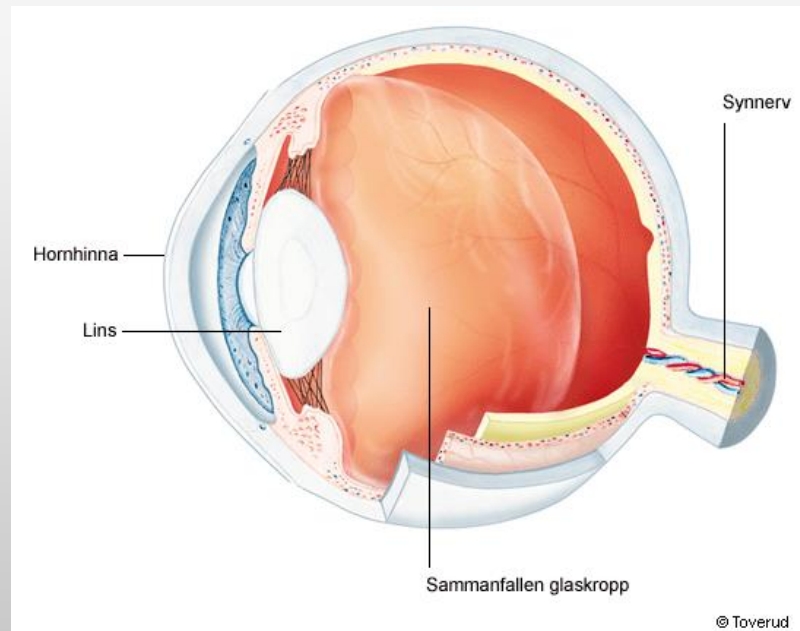
SYMPTOM GLASKROPPSAVLOSSNING

- Ibland inga
- Grumlingar i synfältet - dessa kan upplevas som störande (flugor, maskar, trådar, spindelväv m.m.)
- Blixtar kan ses, oftast i mörker eller vid ögonrörelser
- Glaskroppsavlossning är smärtfritt



VAD HÄNDER MED GLASKROPPEN DÅ DEN LOSSNAT?

- Den finns kvar i ögat som vanligt men sitter inte längre fast i näthinnan
- Besvären brukar klinga av efter några veckor till månader
- I de flesta fall helt ofarligt



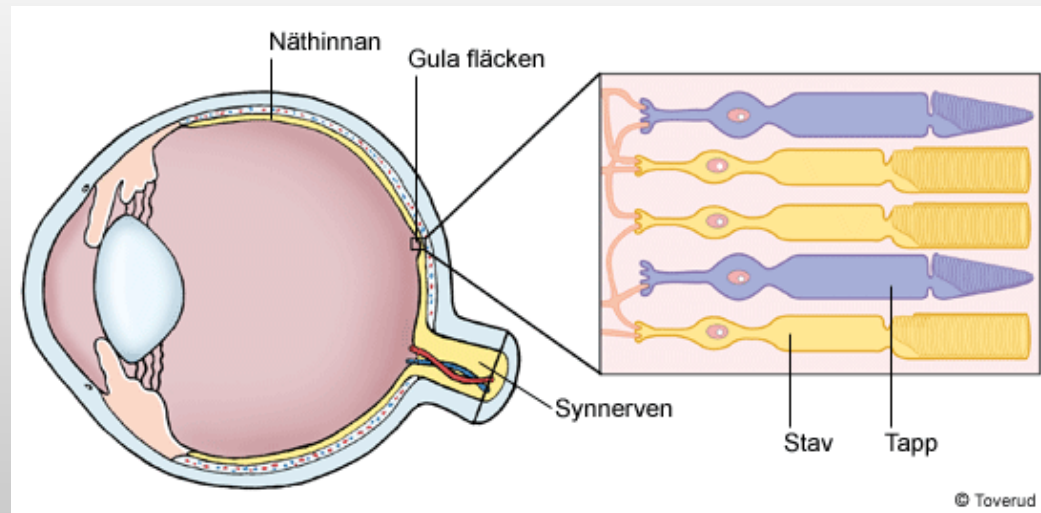
MEN...

- I samband med glaskroppsavlossning finns risk för drag i näthinnan, detta kan orsaka hål i näthinnan
- I värsta fall kan hålen leda till näthinneavlossning, som kräver akut operation



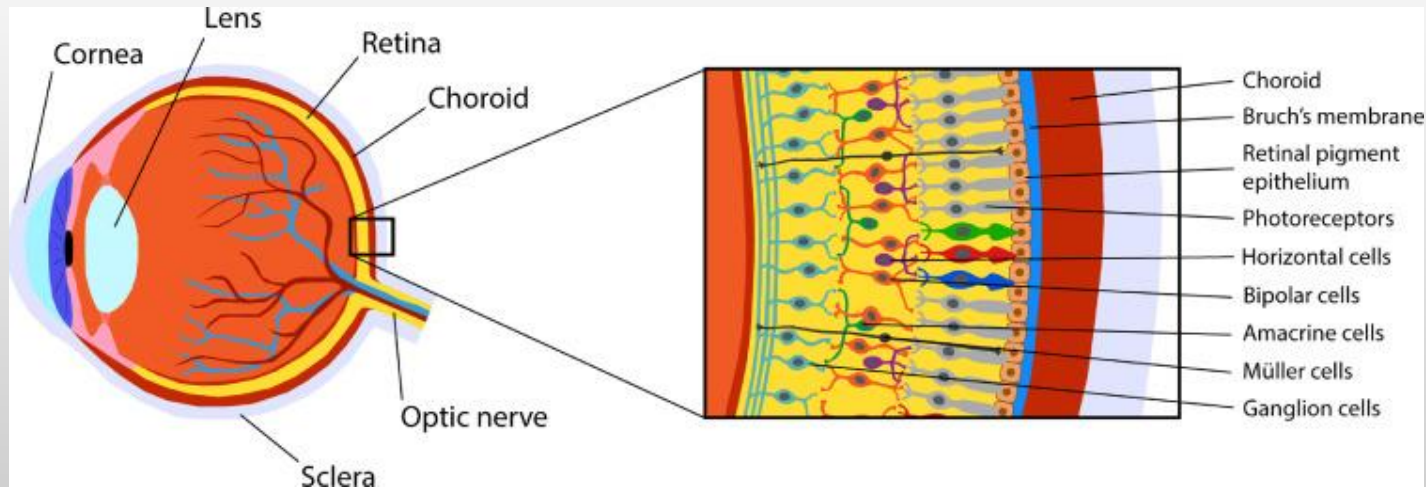
GULA FLÄCKENS (MAKULAS) ÅLDRANDE

- Gula fläcken är det område på näthinnan som ansvarar för skarpt seende
- Gult pigment ger området ett gulaktigt utseende och därav namnet
- I gula fläcken finns en hög koncentration av tappar, de synceller som gör att man kan se detaljer



FORTS. MAKULAS ÅLDRANDE

- Det sker med åren en ansamling av slaggprodukter mellan retinala pigmentepitellagret och Bruchs membran, sk drusen bildas
- Exakta mekanismen okänd



FORTS. MAKULAS ÅLDRANDE

- 50% av 75-åringar har drusen
- Kan leda till AMD = age related macular degeneration (åldersrelaterad sjukdom i gula fläcken)
- Finns två typer
 - Torr AMD
 - Våt AMD



TORR AMD

- Vanligaste formen
- Successiv förlust av synceller
- Långsam försämring av synskärpan samt ibland krokseende
- Svårt att läsa text: man kan uppleva att bokstäver faller bort
- Kan inte behandlas



VÅT AMD

- Ca 10% av AMD
- Sämre blodcirkulation i koroidea antas bidra
- Det bildas defekta blodkärl mellan näthinna och koroidea
- Läckage av blod och vätska leder till svullnad i gula fläcken → synceller tar skada/dör
- Oftast hastig synförsämring och krokseende, bokstäver faller bort, fläck centralt i synfältet, svårt att känna igen ansikten
- Behandling med injektioner



PREVENTION AMD

- Undvik rökning!
- Använd solglasögon!



- Men hur är det med blåbär...?



DETTA SÄGER FORSKNINGEN

- Forskning har ej kunnat visa några säkra effekter av blåbär
- AREDS-studien – kombination av hög dos vitamin C, vitamin E, betakaroten och zink minskar risken för synförlust hos pat med medelsvår till svår AMD
- Det finns en rad olika kosttillskott med varierande innehåll, de flesta saknar effekt
- Varierad kost med mycket grönt och frukt räcker långt!



RETINAS ÅLDRANDE

Cellförlust (bla ganglionceller och fotoreceptorer) och försämrad funktion i olika retinala celler →

- Sämre synskärpa
- Sämre kontrastseende
- Nedsatt känslighet i perifera seendet
- Sämre mörker-ljus adaptation
- Sämre mörkerseende



ÖGATS ÅLDRANDE



- Svårt att läsa tex innehållsförteckningar i affären
 - Svårigheter med bilkörning i mörker
 - Ökad fallrisk vid tex ojämnt underlag och trappor
 - Försämrad förmåga att orientera sig i vissa miljöer
 - Påverkan på livskvalitén!
-
- Viktigt att upptäcka när åldrande går över i sjukdom (behandling kan förbättra livskvalitén)!



TACK!

