كتبت: زينب أبو سيدو

## كلما كان الضوء خفيفاً توسع بؤبؤ العين والعكس صحيح

# د.ريشار زغيب لـ «الأنباء»: الماء الأبيض يُعالج باستبدال عدسة العين

د.ريشار زغيب استشاري أمراض وجراحة العيون

**النظر أهم الحواس على الإطلاق، والعين نافذة العقل البشري الى العالم، وهي عضو صغير ودقيق ومعقد، وتحتاج الى العناية والمحافظة على صحتها والاهتمام بمعالجة عيوب البصر في حال وجودها.**

**وخلال لقائنا باستشاري أمراض وجراحة العيون د.ريشار زغيب في «انترناشيونال كلينيك»، أكد ان العين كآلة التصوير تماما، وبؤبؤ العين يمتلك ديناميكية دقيقة ومذهلة، فكلما كان الضوء خفيفا اتسع البؤبؤ، ليؤمن دخول اكبر كمية من الضوء، واذا كان الضوء قويا يضيق.**

**وحول العلاقة بين امراض العين والعمل على الكمبيوتر والانترنت، اوضح د. زغيب انه لا علاقة مباشرة والدليل ان امراض العين، واختلالات البصر قد تصيب الامي والمتعلم ، مستخدم الكمبيوتر وغيره.**

**وحول الامراض التي تصيب الاطفال، اكد ان الرمد وانسداد مجرى الدمع يأتيان على رأس الامراض الشائعة، يليهما الحول، وضعف النظر، وكسل العين، مشيرا الى ان الحول الخلقي يجب علاجه جراحيا، اما اذا ظهر الحول بعد بلوغ الطفل ثلاثة اعوام، فقد يكون بسبب اصابة الطفل بطول النظر دون ان يكتشف الاهل ذلك.**

**وشرح د.زغيب اسباب الاصابة بالماء الابيض والماء الازرق، وسبل علاجهما وغير ذلك الكثير من الامراض التي تصيب العين.. فإلى التفاصيل:**

ما اسباب الاصابة بالماء الابيض؟وما اعراضه؟

● **اكثر اسباب الاصابة بالماء الابيض هي الشيخوخة فهي ليست مرضا انما هي عامل فسيولوجي يُعرض الشخص المتقدم في العمر الى اصابته بالماء الابيض، وهو غشاوة بعدسة العين كالبلورة الشفافة واعراضها ضعف بالنظر، فكل شخص فوق عمر الستين عاما ويشعر بضعف في نظره رغم استخدامه للنظارة يكون معرضا للماء الابيض وهو الكتاراكت.**

**هناك اسباب اخرى للاصابة بالماء الابيض، ربما كانت خلقية، او على اثر عمليات بالعين او على اثر ضربة بها ولكن 80٪ من اسبابها يكون بسبب تقدم العمر، لذلك اكبر عدد عمليات بالجسم ليس فقط بالعيون هو الماء الابيض، لانه ليس مرضا.**

ما احدث طرق علاج الماء الابيض؟

● **الهدف من العملية إزالة العدسة الطبيعية الموجودة بالعين ووضع عدسة اصطناعية بدلا منها، ولكن تطور هذه العملية مر بثلاث مراحل أولها: الجراحة تزال هذه العدسة وتستبدل بعدسة اصطناعية بعدها تطورت فأصبحت العملية تجرى بالالتراساوند أو بالموجات الصوتية، دون وجود جرح أو غرز إلى أن تطورت فأصبحت حاليا تجرى بواسطة الليزر.**

**الماء الأزرق**

ما أسباب الإصابة بالماء الأزرق؟ وكيف يتم علاجه؟

● **الماء الأزرق هو الجلوكوما وسببه الاعتلال بعصب العين وهناك أسباب اخرى له ولكن أهم سبب والذي نستطيع أن نعالجه ارتفاع ضغط العين، علاجه يكون باستخدام القطرات بمساعدة الليزر، وإذا لم ينجح نتوجه إلى الجراحة، ولكن المشكلة في الماء الأزرق اننا لا نستطيع تحسين الاعتلال بعصب العين ولكن علينا إيقاف المرض فقط بخلاف الماء الأبيض الذي نعالجه ويتحسن نظر المريض.**

ما الشبكية وما هو الجسم الزجاجي؟

● **الشبكية أهم قسم بالعين ويقع خلفها، ونعتبره مثل الفيلم بالكاميرا بمعنى أن أشعة الضوء التي تدخل على العين لتصل إلى الشبكية، فنعطي المعلومة للرأس، وبالتالي يفهم معنى هذه الإشارة الضوئية.**

**وإذا وجد اعتلال بالشبكية معناه وجود مشكلة كبيرة بالنظر، فكل شيء بالعين يتغير ما عدا عصب العين والشبكية.**

**الجسم الزجاجي**

**أما الجسم الزجاجي فهو المادة التي تعبئ العين وهذه موجودة بين عدسة العين والشبكية فالعين بها قسمان الأمامي يحتوي على ماء العين والقسم الخلفي يحوي الجسم الزجاجي، وهو عبارة عن جل يعبئ العين، موجود بين عدسة العين والشبكية وهو يجعل الشبكية ثابتة مكانها، بالنسبة للأشخاص الذين يشتكون من وجود شيء كالذبابة الطائرة فهذا يحدث في الجسم الزجاجي، وليس بالشبكية ويحدث أيضا مع تغييرات العمر، وهو ليس مرضا.**

**ما يحدث أن الجل يتحول إلى سائل، فيسبب غشاوة على العين وهناك من يرى شيئا كالخيوط أو كدخان السيجارة وهذا لا يخيف وعلى المريض معرفة انه تقدم بالسن وعليه إجراء فحص لشبكية العين.**

في حالة انعدام الضوء أو يكون خافتا في الليل.. كيف تكيف الشبكية أوضاعها؟

● **العين كآلة التصوير، فكلما كان الضوء خفيفا توسع بؤبؤ العين ليرى كمية اكبر من الضوء وكلما كان الضوء قويا انقبض بؤبؤ العين، لتدخل كمية اقل من الضوء حتى لا تؤذي شبيكة العين.**

**أمراض الأطفال**

ما أهم أمراض العيون التي تصيب الأطفال في الكويت؟

● **اهم الأمراض التي تصيب الأطفال هي التهاب بالملتحمة وحساسية بها وهي الرمد، ثانيها حدوث انسداد بمجرى الدمع الذي يكون خلقيا وثالثها: ضعف النظر بعين واحدة أو الاثنتين معا، ورابعها الحول، والكسل بالعين وهو أن النظر لا يتحسن بنظارة.**

يعتبر الحول من اكثر امراض عيون الأطفال شيوعا، كيف؟ وفي أي عمر يتم تشخيصه؟

● **هناك حول خلقي، ومبدئيا علاجه جراحي من دون نظارة، أما إذا اتضح الحول بعد بلوغ الطفل ثلاثة أعوام فهنا نجري فحصا للعين، لربما كان لديه طول نظر فيعالج بالنظارة، وهناك نوع من الحول الخارجي، وإجمالا لا يكون هناك ضعف في النظر بل يكون طبيعيا وهذا علاجه الجراحة.**

هل ازدادت أمراض ومشاكل العيون لدى الأطفال؟

● **ليست مشاكل العيون هي التي زادت، انما الوعي عند الناس هو الذي زاد، لذلك أصبحنا نكتشف كثيرا من الحالات في السابق لم تكن مكتشفة، خاصة عند الأطفال. فالأطفال عندما يذهبون الى المدارس ويتعلمون، يكون هناك كشف بالمدارس وكشف بالعيادات، لذلك اكتشفنا حالات مرضية، وليس معنى ذلك ان الأمراض زادت بل الطب تطور وأصبح يكتشف حالات لم تكن مكتشفة سابقا، فلا توجد مشكلات جديدة، فمشكلة العين لا تحدث كما يقول البعض بسبب الكمبيوتر والإنترنت فهذا ليس صحيحا بل تحدث حتى عند الأمي الذي لا يعرف القراءة والكتابة.**

**فقدان البصر**

ما الأسباب الرئيسية لفقدان البصر لدى الأطفال؟

● **إجمالا الأطفال الذين يصلون لهذه المرحلة تكون لديهم مشاكل خلقية وهي الجلوكوما (الماء الأزرق الخلقي) أو مشاكل خلقية بعصب العين والشبكية وهذه الحالات ليست كثيرة، ونراها عادة عند الأطفال المولودين لآباء وأمهات أقارب درجة أولى خاصة ودرجة ثانية أقل، وهذا غير الإصابات التي تحدث بين الأطفال نتيجة شجاراتهم.**

ما نصائحكم للأمهات للمحافظة على صحة عيون أطفالهن؟

● **عليهن الانتباه لعيون أطفالهن إذا كانت مصابة بالحول، وعند الشك في ذلك عليهم ان يذهبن الى طبيب اختصاصي للتأكد من عدم وجود الحول. ولا يوجد بالطب ما يصف الحول بأنه نوع من أنواع الجمال، والمفروض ان تفحص الأمهات النظر عندما يبدأ الأولاد في الذهاب الى المدرسة بين عمر 3 و4 سنوات حتى إذا لم يشتك ابنها من عينيه، لأنه لا يشتكي إلا إذا كانت عيناه الاثنتان بهما مشكلة في النظر، أما إذا كانت عين نظرها جيد فانه يعتمد عليها، ويصل الى مرحلة متقدمة وهي الكسل بالعين، وهو مرض لا يعالج، فالمفروض ان يكتشف باكرا حتى يعالج.**

**الشيخوخة من أهم أسباب الإصابة بالماء الأبيض.. وهو ليس مرضاً إنما عامل فسيولوجي**

**الجسم الزجاجي هو المادة التي تعبئ العين وهو موجود بين العدسة والشبكية**

**مشكلة الماء الأزرق تكمن في أننا لا نستطيع تحسين الاعتلال بعصب العين ولكن يمكننا إيقاف المرض فقط**

د.ريشار زغيب يحاور الزميلة زينب أبوسيدو

### ضيفنا في سطور

د.ريشار زغيب استشاري أمراض وجراحة العيون واختصاصي في علاج الجلوكوما في «انترناشيونال كلينيك» وهو حاصل على البورد الأوروبي في طب وجراحة العيون وهو عضو وزميل الجمعية الفرنسية لطب وجراحة العيون ومجلس الشرق الأوسط وأفريقيا لطب وجراحة العيون والجمعية الأوروبية لجراحة المياه البيضاء وتصحيح النظر.

يجري د.ريشار عمليات الفيمتولايزك لتصحيح عيوب النظر ويشخص ويعالج القرنية المخروطية.

كما يجري عمليات سحب المياه البيضاء بالموجات فوق الصوتية بدون غرز، ويشخص ويعالج المياه الزرقاء بالليزر والجراحة، كما يشخص ويعالج أمراض الشبكية بالليزر والحقن داخل العين.

---

## بقلم طبيب

د.محمد فتحي *

# ماذا تعرفين عن حب الشباب؟

يعد حب الشباب من الامراض الجلدية المزمنة التي تصيب المراهقين بشكل خاص، ويصاب به نحو 90٪ من الجنسين قبل سن العشرين بين ذوي البشرة الدهنية خاصة على مناطق الوجه والصدر والظهر.

ولهذا لابد في البداية من تحديد كيف تعرفين نوع بشرة وجهك حيث يلزمك لمعرفة نوع بشرتك مرآة مكبرة تبين بوضوح تام تكوين وتركيبة بشرة وجهك كما يلزمك ايضا قطعة من ورق الليتوس، وهو متوافر في جميع الصيدليات واخيرا تحتاجين الى اوراق المحارم الناعمة لازالة ما على بشرتك من مواد التجميل المختلفة.

**الخطوات التي يجب عليك اتباعها لتحديد نوع البشرة**

اولا: يمكنك معرفة حالة بشرتك ووضعها الصحي، حيث ان المرآة المكبرة تكشف لك اصغر العيوب التي يمكن ان تحويها بشرتك، مثلا هل هناك مسام متسعة او رؤوس سوداء او تجاعيد او ربما تحوي بشرتك على زعب او حراشف او حتى الكلف؟

ثانيا: لتكتشفي النشاط الغددي لبشرتك يلزمك هنا منديل من الورق حين تضعيها على وجهك لبضع ثوان ودون فرك حيث يجب عليك ان تضغطي هذه المحارم على انفك وجبهتك، وبعدها عليك فحص الورقة بعناية فائقة، فاذا احتوت الورقة على زيوت او علامة دهنية فهذا دليل على ان هناك غددا في بشرتك تعمل فوق قدرتها وطاقتها اما اذا كانت هذه الورقة متسخة نوعا ما، فهذا دليل على ان غددك تعمل بشكل صحيح وسليم وصحي، اما اذا كانت الورقة نظيفة من دون بقع فهنا عليك ان تعلمي ان بشرتك غير مزيتة بالدرجة المطلوبة.

ثالثا: عليك فحص درجة الحموضة في بشرتك، وهو نفس ما نقصد به عامل «PH» ويلزمك لتحديده ورق الليتوس، حيث يمتاز هذا الورق بلونه الازرق كما يمتاز بتحوله الى اللون الاحمر اذا ما لامس الحامض، ولمعرفة درجة حموضة بشرتك عليك اولا غسل وجهك جيدا بالماء والصابون وبعد ساعة من الزمن ضعي ورقة الليتوس على وجهك لمدة دقيقة الى دقيقة ونصف ثم انزعيها وهنا عليك ان تميزي وتركزي جيدا اذا تحولت الورقة الى اللون الوردي او الليلكي هنا بشرتك تحوي الحموضة الكافية واخيرا اذا تحولت الورقة للون الأحمر الوردي فهذا دليل على زيادة الحوضة في بشرتك، ما يؤدي الى ان تكون بشرتك حساسة ورقيقة تبعا لعمرك.

**طرق الوقاية من حب الشباب**

اهم طرق الوقاية من حب الشباب تنظيف البشرة يوميا بالصابون وحامض الفنيك او حامض اللبنيك، واذا كانت البشرة سميكة تنظف تنظيفا سطحيا باستعمال كحول بنسبة 90٪ او كحول مع الكافور بنسبة 5٪ ويجب وقف العلاج الاخير اذا ظهر اي تحسس للبشرة.

ويمكن استعمال دهان يحتوي على كمية مركزة من خميرة البيرة، كما ان المياه الكبريتية مفيدة لاحتوائها على كمية كبيرة من مادة الكبريت.

ولا تهملي استشارة الطبيب المختص بالغدد، فهو الذي يستطيع ان يعطيك العلاج الناجح، كما يجب ألا تلمسي هذه الدمامل بأصابعك او ان تخرجي ما فيها من صديد بطريقة العصر، فإن هذا يسبب زيادة في التهاب الجلد وتفاقم حالة الحبوب. وقد يسبب التدليك او التعرض لاشعة الشمس اضرارا للبشرة المصابة بحب الشباب.

وحسبما بينته الدراسات الطبية فإن حب الشباب يعد المشكلة الصحية الأولى التي يعاني منها معظم طلاب المدارس الثانوية ما يؤثر على حالتهم النفسية ويزيد من قلقهم وتوترهم ويؤثر بالتالي على تحصيلهم الدراسي.

وتبين بعض الابحاث ان القلق وعدم استقرار الحالة النفسية ينجم عنه ظهور لحب الشباب، حيث ان العوامل النفسية تعمل على تهيج الجلد وحدوث اضطرابات في الهرمونات ما يؤدي الى زيادة الدهون في بشرة الوجه، وهذا ينجم عنه ظهور حب الشباب الذي هو التهاب مزمن في الغدد الدهنية بالجلد، وعليه فالعامل النفسي له دور كبير في ظهور حب الشباب وتركه ندوب، وآثاره تشوه البشرة.

ويعتمد علاج حب الشباب على مرحلة الاصابة، فاذا كانت الحبوب في بداية ظهورها فقد ينصح الطبيب المعالج باستخدام الادوية المنظمة لهرمونات الجسم وخصوصا هرمون الاندروجين المسؤول عن زيادة نشاط الغدد الدهنية في الجسم.

كما قد ينصح الطبيب باستعمال الادوية التي تعمل على تقليل نشاط الغدد الدهنية وقد ثبت ان استخدام تلك الادوية اعطى نتائج ممتازة.

● استشاري الأمراض الجلدية