



# LA PREVENZIONE È IN VIAGGIO VERSO DI TE

Campagna per la prevenzione delle malattie  
della retina e del nervo ottico.

[www.vistainsalute.it](http://www.vistainsalute.it)



Iniziativa dell'Agencia Internazionale  
per la Prevenzione della Cecità



## IAPB ITALIA ONLUS PER LA TUTELA DELLA VISTA

La vista è un bene prezioso, un patrimonio personale che nasce con noi e dobbiamo imparare a proteggere e tutelare per tutta la vita. Per questo, nel 1977, Unione Italiana Ciechi (UICI) e Società Oftalmologica Italiana (SOI) hanno dato vita a IAPB, l'Agenda Internazionale per la Prevenzione della Cecità, organizzazione riconosciuta dal Parlamento con la legge 284/1997; vigilata dal Ministero della Salute; Centro di Collaborazione dell'Organizzazione Mondiale della Sanità (OMS). Informare in modo giusto la popolazione sulle malattie degli occhi, promuovere la prevenzione grazie alla diagnosi precoce e il rapido accesso alle cure tempestive, favorire lo sviluppo della riabilitazione visiva, sono da sempre i pilastri dell'azione di IAPB Italia ONLUS.

### LA PREVENZIONE: UN ALLEATO INDISPENSABILE

Almeno tre milioni di persone in Italia sono colpite da tre importanti malattie degli occhi che possono mettere a rischio la nostra vista: retinopatia diabetica, causata dal diabete; glaucoma, spesso correlato a una pressione oculare eccessiva che danneggia irreversibilmente il nervo ottico; maculopatie, patologie degenerative che compromettono la funzionalità del centro della retina. Circa 400 milioni di persone nel mondo sono colpite da queste patologie e tuttavia dobbiamo sapere che i danni provocati alla vista potrebbero spesso essere evitati.

Purtroppo però, ancora oggi, queste malattie degli occhi non risultano contrastate in modo appropriato ed efficace, perché non abbiamo l'abitudine di recarci con periodica regolarità dall'oculista e, pertanto, non riusciamo a ricevere una diagnosi tempestiva, talvolta anche per via di liste d'attesa molto lunghe e a causa della nostra stessa disattenzione che può causare danni irreparabili alla vista. Per affrontare e contrastare con determinazione questi problemi nel nostro Paese, IAPB Italia ha lanciato una campagna informativa e di profilassi che mira, da un lato a sensibilizzare la popolazione sulla necessità di radicare la prevenzione della cecità tra le buone abitudini sanitarie, dall'altro a stimolare le istituzioni del territorio all'adozione di modelli diagnostici innovativi, capaci di soddisfare l'enorme domanda di prevenzione delle malattie più temibili dell'apparato visivo.

Il programma della Campagna, che interesserà quest'anno ben dieci regioni italiane, prevede la sosta in diverse città di ogni regione di una struttura ambulatoriale mobile, dotata di più postazioni nelle quali sarà possibile controllare lo stato di salute della retina e del nervo ottico grazie a una visita gratuita della durata di quindici, venti minuti.

QUESTA CAMPAGNA HA UNO SCOPO DI PREVENZIONE E SENSIBILIZZAZIONE: NON PUÒ NÉ DEVE SOSTITUIRE LA VISITA COMPLETA DI UN MEDICO OCULISTA IN UNA STRUTTURA SANITARIA, ALLA QUALE, INVECE SI VERRÀ EVENTUALMENTE RINVIATI, OVE NECESSARIO.



## COSA AVVIENE ALL'INTERNO DELLA STRUTTURA MOBILE?

Controlli oculistici gratuiti, non invasivi, riservati a persone dai quaranta anni in su. All'interno della nostra struttura mobile di circa cento metri quadrati, infatti, sono ospitati dispositivi medico diagnostici ad alta tecnologia. Gli esami oculistici previsti sono finalizzati all'individuazione precoce delle principali malattie della retina e del nervo ottico. L'intero percorso, come già detto, ha una durata complessiva di quindici, venti minuti.

Si inizia con un questionario anonimo per valutare lo stile di vita e la presenza di eventuali malattie passate o presenti. Poi si passa agli esami diagnostici veri e propri che raccomandiamo di non considerare come sostitutivi di una visita oculistica completa, mirati principalmente alla individuazione del glaucoma, della retinopatia diabetica e delle maculopatie. Ecco gli esami previsti, totalmente gratuiti:

### 1) OCT E FOTO DEL FONDO OCULARE

La tomografia a coerenza ottica, OCT, è una sorta di "tac" retinica del tutto innocua che permette di visualizzare i diversi strati retinici, rilevando la presenza di eventuali patologie, in particolare di degenerazioni maculari (la macula è la zona retinica centrale deputata alla visione distinta). Grazie a una foto del fondo oculare, inoltre, si potranno notare eventuali alterazioni dei vasi retinici e cambiamenti alla testa del nervo ottico che potrebbero essere segno di glaucoma.





## 2) AUTOREFRATTOMETRO

È uno strumento con cui si misura automaticamente un difetto visivo ossia un vizio refrattivo quale la miopia, l'astigmatismo o l'ipermetropia. È un rapido metodo di valutazione oggettivo che richiede poi un eventuale ulteriore controllo più approfondito.

N.b.: a seguito della visita non vengono rilasciate né prescrizioni di occhiali, né di farmaci.

## 3) TONOMETRO

Consente la misurazione della pressione oculare, che indicativamente deve essere compresa tra i 10 e i 20 mm di mercurio, ma bisogna tenere conto anche dello spessore della cornea. Se la pressione intraoculare è troppo elevata può denotare la presenza di glaucoma che, una volta diagnosticato, richiede un trattamento farmacologico costante e tempestivo, di solito con colliri ipotonizzanti, per ridurre la pressione ed evitare danni irreversibili al nervo ottico (papilla ottica).

## GLAUCOMA

Se hai almeno quarant'anni ed eventualmente hai anche parenti affetti da glaucoma, potresti essere un soggetto a rischio per questa patologia. Meglio pertanto sottoporsi a controlli oculistici periodici, volti a prevenirne l'insorgenza e l'aggravamento.

Il glaucoma è una malattia oculare particolarmente subdola perché "silenziosa": generalmente può presentarsi senza sintomi. Quando viene diagnosticata in ritardo, la vista potrebbe in parte già essere compromessa, anche in maniera molto grave.

### *Cos'è?*

Si tratta di una malattia degenerativa del nervo ottico, deputato a trasmettere le immagini visive dall'occhio al cervello. Se il glaucoma non viene diagnosticato precocemente e se non viene opportunamente curato, si "logora" irreparabilmente il nervo ottico. È una patologia generalmente associata a una pressione oculare troppo elevata, che va pertanto periodicamente controllata.

### *Cosa avviene?*

L'occhio può essere paragonato a un piccolo serbatoio d'acqua non rigido, dove c'è un equilibrio tra un flusso d'ingresso e una via di uscita. Se si altera l'equilibrio tra i flussi, specie per un'ostruzione alla via d'uscita, la pressione all'interno aumenta sino a provocare danni "strutturali" al nervo ottico.

### *Come si cura?*

La diagnosi precoce è fondamentale. All'inizio viene prescritta una terapia a base di colliri specifici per ridurre la pressione intraoculare (colliri ipotonizzanti). Nei casi più gravi si ricorre alla terapia con il laser o all'intervento chirurgico.

## RETINOPATIA DIABETICA

Se sei affetto da diabete la tua vista corre dei seri rischi. Infatti, valori elevati della glicemia risultano nocivi anche per la retina.

È importante dunque sottoporsi a controlli oculistici regolari, soprattutto del fondo oculare, con specifica periodicità a seconda dei casi, sia per controllare la retina, sia per monitorare l'evoluzione del diabete.

### *Cos'è?*

È una frequente complicanza del diabete che colpisce più del 30 per cento delle persone affette da questa malattia.

### *Cosa avviene?*

Una concentrazione troppo elevata di zuccheri nel sangue danneggia i vasi sanguigni di tutti gli organi principali – cuore, cervello, reni e occhi – sino a causare danni irreparabili. La retina è particolarmente esposta all'azione degli zuccheri sui propri vasi sanguigni, che a lungo andare può causare perfino la perdita della vista.

### Come si cura?

Prima di tutto bisogna curare scrupolosamente il diabete, che è la causa primaria. Quindi, seguire attentamente una dieta, non trascurare l'attività fisica e attenersi alle terapie prescritte, o a base di insulina o con farmaci assunti per via orale (ipoglicemizzanti).

Nelle fasi avanzate della retinopatia diabetica diventa fondamentale un trattamento laser specifico che non serve a recuperare la vista perduta ma almeno ad arrestare l'evoluzione della malattia. In alcuni casi si procede attraverso iniezioni periodiche di farmaci all'interno dell'occhio. Nei casi ancora più gravi si ricorre a delicati interventi chirurgici (vitrectomia).

## MACULOPATIE

Dai 55 anni in poi, la parte più importante della nostra retina, chiamata macula, diventa più vulnerabile. Dunque una visita oculistica è ancor più importante quando ci si avvicina alla terza età, il periodo della vita in cui la nostra visione è più a rischio.

### *Cosa sono?*

Si tratta di un gruppo di patologie degenerative della retina legate all'invecchiamento che colpiscono la macula. In pratica viene ad essere colpita quella parte della retina che serve a distinguere i particolari di un oggetto, a leggere e scrivere e alla percezione dei colori.

### *Cosa avviene?*

Inizialmente si percepisce una distorsione anche lieve di un oggetto che si sta fissando. Ce ne rendiamo particolarmente conto quando osserviamo le linee, ad esempio il pavimento, il profilo di un palazzo oppure dei fogli a quadretti.

Se la patologia avanza, non solo si accentua la deformazione, ma compare al centro della visione una macchia grigiastra, che nasconde ciò che si osserva. La maculopatia all'ultimo stadio causa una cecità centrale, in cui si perde la possibilità di riconoscere ciò che si fissa, la capacità di lettura e scrittura, pur conservando una modesta capacità di mobilità e orientamento.

### *Sono curabili?*

Alcune forme, come le cosiddette "maculopatie umide", possono essere trattate con iniezioni intravitreali, cioè all'interno dell'occhio, a base di farmaci di recente introduzione. Particolare importanza per prevenire e contrastare l'evoluzione della patologia rivestono i fattori legati agli stili di vita: una sana alimentazione, la rinuncia al fumo e una corretta attività fisica.



Agenzia Internazionale  
per la Prevenzione della Cecità

IAPB Italia Onlus

Via U. Biancamano, 25  
00185 - Roma

Tel. +39 06 36 00 49 29  
Fax +39 06 36 08 68 80

WWW.IAPB.IT



Consultazione oculistica gratuita attiva  
dal Lunedì al Venerdì dalle 10 alle 13.

CON IL PATROCINIO DI

*Ministero della Salute*

ISTITUTO SUPERIORE DI SANITÀ



Città di Campobasso

MEDIA PARTNER



Omnia Pharma Service  
Editore di IPPR1918/1918+