

# 33 SORUDA GLOKOM



**H**er yıl olduğu gibi bu yıl da mart ayının ikinci haftası Dünya Glokom Haftası olarak kutlandı. Tüm dünyada glokom konusunda uzman göz hekimleri ve glokom dernekleri insanların bu konuda bilinçlenmesi için çeşitli organizasyonlar düzenleniyor. Konferanslar, paneller, tarama programlarıyla görmeyi sinsice kemiren hastalıklarla mücadele etmenin yolları anlatılıyor, mümkün olduğunca çok hastayı erken dönemde yakalamak için çabalıyor. Biz de Özel TOBB ETÜ Hastanesi olarak 33 soruda glokomu anlatalım, TOBB Ekonomik Forum Dergisi okuyucularını bu konuda aydınlatalım istedik. İşte geliyor!!

### 1) Glokom nedir?

Glokom görme sinirinin dejeneratif bir hastalığıdır. Halk arasında karasu adıyla da bilinir.

### 2) Göz tansiyonu nedir?

Göz tansiyonu ya da daha doğru deyişle göz içi basıncı, göz içindeki sıvıların göz ci-

darına uyguladığı basınçtır. Gözü şişkin tutarak görme fonksiyonunun devamını sağlar. Bir futbol topunu şişkin tutan hava gibi...

### 3) Göz tansiyonuyla glokom aynı şey midir?

Halk arasında zaman zaman glokoma göz tansiyonu dense de, bu ikisi kesinlikle aynı şey değildir. Her göz için bir göz içi basıncı(tansiyonu) değeri vardır. Oysa glokom bir görme siniri hastalığıdır.

### 4) Glokomla göz tansiyonunun bir bağlantısı var mıdır?

Yüksek göz içi basıncı glokom için bir risk faktörüdür. Bir başka deyişle göz içi basıncı yüksek bir kişinin glokomlu olma ihtimali, göz içi basıncı normal ya da düşük bir kişinin glokomlu olma ihtimalinden çok daha fazladır.

### 5) Göz içi basıncı normal iken glokom görülebilir mi?

Elbette. Yüksek basınç sadece bir risk faktörüdür. Esas olan görme sinirindeki harabiyettir.

### 6) İnsan glokomu olduğunu anlayabilir mi?

Hasta, kabaca glokomun başlangıcından itibaren 10-15 yıl glokomu olduğunu anlayamaz. Ancak bundan sonra görme bozukluğu ortaya çıkar; böylece anlaşılabilir.

### 7) Hastaların görme bozukluğundan başka yakınması olmaz mı?

Göz içi basıncı çok yüksek olursa hafif baş ağrısı, gözde dolgunluk hissi, yakın gözlüğü numarasının hızlı ilerlemesi gibi yakınmalar gözlenebilir. Ama genellikle glokomun ilk 10 yılında



göz içi basıncı 25 mm Hg'nin altındadır ve bu basınçlarda, sayılan belirtilerin hiç biri görülmez.

### **8) Bütün glokomlar göz içi basıncı yüksekliğiyle mi seyrederek?**

Hayır. Glokomların yaklaşık 1/6'sında göz içi basıncı normal sınırlardadır. Bu glokom türü "normotansif glokom" ya da "düşük basınçlı glokom" olarak adlandırılır.

### **9) Göz içi basıncı yüksek her hasta glokomlu mudur?**

Hayır. Yüksek basınç yine yaklaşık 1/6 oranında "Oküler Hipertansiyon" adıyla bilinen ve görme sinirinin ya da görmenin hiç bir zaman etkilenmediği bir tabloya bağlıdır. Ama bu kararı verebilmek için görme sinirinin yapısal özelliklerini ve görme fonksiyonunu 10 yıl boyunca izlemek ve herhangi bir değişiklik/bozulma olmadığını saptamak gereklidir.

### **10) Tüm glokomlar benzer bir seyir mi gösterir?**

Glokomların %90'ını oluşturan "primer açık açılı glokom" böyle sessiz ve sinsi bir seyir gösterir ve ilk yıllarında hiçbir belirti vermez. Bu yönüyle alzheimer ve parkinson gibi diğer dejeneratif sinir hastalıklarına benzer. Ama bunun dışındaki, kapalı açılı dediğimiz çok yüksek basınçla seyreden glokomlar, çocukluk çağı glokomları ve başka göz hastalıklarıyla birlikte seyreden glokomlar daha alevli seyrederek. Genelde tanıda geç kalınması problemi, glokomluların çoğunluğunu oluşturan primer açık açılı glokom için söz konusudur.

### **11) Glokom en çok hangi yaşlarda görülür?**

Glokom orta ve ileri yaş hastalığıdır, glokom hastalarının %90'ından fazlası 40 yaş üzerindedir. Ama gençlerde hatta yeni doğanlarda bile görülebilir. Görülme sıklığı yaşla birlikte artar, ileri yaşlarda %10'a yaklaşır.

### **12) Glokom tek gözde mi, iki gözde mi görülür?**

Primer glokom genellikle her iki gözü birlikte tutan bir hastalıktır, ama tutulum iki gözde eşit ağırlıkta olmaz. Bir glokom hastası tek gözünde görmesinin yarısını kaybetmişken diğer gözü tam görüyor olabilir.



### **13) Glokom körlüğe yol açar mı?**

Evet. Hastalığın başlangıcı yıllarında görmeyle ilgili hiçbir yakınma yokken, 8-10 yıl sonra hastalar görme alanlarının daraldığını fark etmeye başlar. Bazen bu durum daralmış görme alanı yüzünden farkedilmeyen bir arabanın çarpması gibi dramatik bir şekilde ortaya çıkabilir. Sonraki yıllarda santral görme de azalmaya başlar. Tedavi edilmiş glokomda, hastaların yarısı 15'inci yılda bir gözlerinde, yaklaşık 20'nci yılda da her iki gözlerinde görmelerini kaybeder.

### **14) Glokomun halk sağlığı boyutu nedir?**

Uluslararası Glokom Topluluğu'nun verilerine göre bugün dünya üzerinde 70 milyon glokomlu insan olduğu ve bunların yaklaşık 6,5 milyonunun her iki gözünün de kör olduğu tahmin edilmekte.

### **15) Glokom tedavi edilebilir mi?**

Glokom hastalığının tanısı, seyrini tamamlamadan önce konur ve tedaviye başlanırsa hastalığın ilerlemesi durdurulmuş ya da yavaşlatılmış olur. Ancak kaybedilmiş olan görme fonksiyonu hiçbir zaman geriye dönmez.

### **16) Glokomda neyi tedavi ederiz?**

Glokom hastalarında aslında yaptığımız şey, risk faktörlerini ortadan kaldırmaya çalışmaktır. Göz içi basıncını ve yaşam tarzıyla ilgili bazı olumsuz faktörleri ortadan kaldırabiliriz. Hastanın tedaviye ve takiplerine uyması başarılı bir tedavinin olmazsa olmazıdır.

### **17) Glokomun şeker hastalığı ve hipertansiyon gibi hastalıklarla benzerliği var mı?**

Her ikisiyle de, kronik ve ömür boyu tedavi gerektiren bir hastalık olduğu için büyük benzerlikleri var. Aslında bu iki hastalıkta da biz hastalığı değil risk faktörünü hedef alırız. Sonuçları çoğu kez ortadan kaldıramayız, ama daha ileri boyutlara ulaşmasını engellemeye çalışırız.

### **18) Glokomun bu hastalıklarla birlikteliği olabilir mi?**

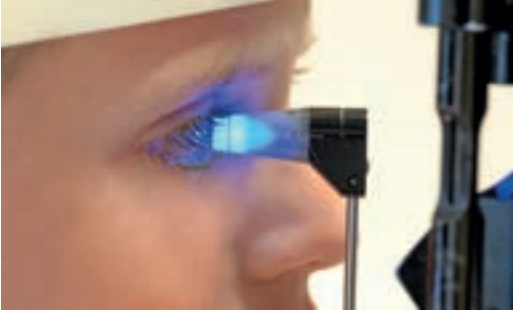
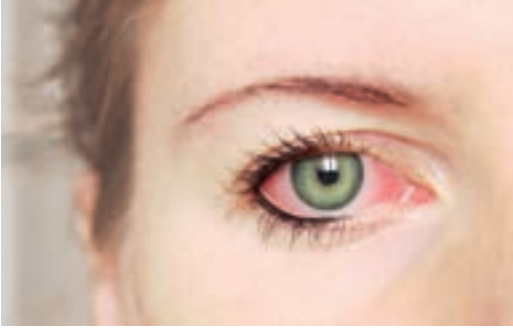
Glokomun metabolik sendrom denilen, hipertansiyon, diyabet ve obeziteyle seyreden tabloyla birlikteliği gösterilmiştir.

### **19) Bunlardan başka glokoma yatkınlığa yol açan hastalık var mı?**

Başta myopi ve göz travmaları olmak üzere pek çok göz hastalığında glokoma yatkınlık izlenir. Hipermetroplar ise aç







kapanması glokoma yatkındır. Bazı sistemik hastalıklar ve ilaçlar da glokoma yol açabilir.

### **20) Glokomda genetik geçişten söz edilebilir mi?**

Bire bir geçişten değil, ama yatkınlıktan söz edilebilir. Birinci derece yakınlarından birinde glokom olan bireyler, bu genetik yükü taşımayanlardan 10 kat daha yüksek olasılıkla glokoma yakalanabilir.

### **21) Sigara kullanımıyla glokomun bağlantısı var mıdır?**

Sigaranın glokoma yol açtığı gösterilememiştir ancak sigara içenlerde glokomun daha hızlı ilerlediği bilinmektedir. Bu nedenle glokom tanısı almış bireylerin

sigarayı bırakmaları tedaviye yardımcı kabul edilir.

### **22) Besin desteklerinin glokom tedavisinde yeri var mıdır?**

Pekçok popüler besin desteği ve antioksidan maddenin glokom seyrinde etkinliği araştırılmıştır. Koenzim Q-10 ile pozitif sonuçlar elde edilmiştir. Ginkgo ekstresi, yaban mersini, omega 3 gibi başka antioksidanların da yardımcı olabileceğini iddia eden çalışmalar var. Ancak bunlardan hiçbirinin göz içi basıncının düşürülmesinin yerini alamayacağı unutulmamalı.

### **23) Göz tansiyonu ölçümü glokom tanısı koydurur mu?**

Göz içi basıncının ya da daha çok bilinen adıyla göz tansiyonunun ölçümü standart göz muayenesinin bir parçasıdır, ama glokom tanısı koymaya yeterli değildir. Yüksek olması halinde göz dibi muayenesiyle birlikte, ancak glokom şüphesi oluşturur. 40 yaşını geçen her hasta göz muayenesi esnasında göz dibi muayenesi ve göz içi basıncı ölçümü yapıldığından emin olmalıdır.

### 24) Glokom tanısı için hangi testler yapılır?

Glokom tanısı görme sinirinin fonksiyonunu ve görünümünü objektif olarak değerlendiren testlerle konur. Bunlar arasında göz dibi muayenesi, görme alanı testleri, görme siniri ve ağ tabakanın(retina) yapısal analizleri sayılabilir. Bu son testler bize objektif dökümantasyon ve önceki durumla karşılaştırma olanağı verdiği için takipte özellikle önemlidirler.

### 25) Glokom nasıl tedavi edilir?

Göz damlaları, laser uygulaması ve bazı durumlarda cerrahi glokomun belli başlı tedavi yöntemlerini oluşturur. Ancak bu üç tedavi yönteminin hangisi seçilmiş olursa olsun, hasta sürekli kontrol altında tutulmalı.

### 26) Glokom ilaçla tedavi edilir mi?

Çeşitli göz damlaları glokom tedavisi için günlük 1-3 dozda kullanılır. Kontrolü güç hastalarda 2, 3, hatta bazen 4 ayrı ilacın kullanılması gerekebilir. Glokomu olan bir hastanın ömür boyunca her gün damlalarını kullanması gerekir. Diğer kronik hastalıkların tersine, düzensiz ilaç kullanımında erken dönemde hastayı rahatsız edecek bir yakınma oluşmaz. Hipertansiyonlu bir hasta tansiyon ilacını almadığında başı ağrır, burnu kanar ya da diabeti olan hasta ilaç almayınca şekeri yükselir ve hasta bunu hisseder. Glokomda bunlar olmaz; sadece sins ve yavaş bir biçimde görme fonksiyonu kaybedilir. Bu yüzde glokom hastalarında tedaviye uyum(komplians) son derece önem taşır.

### 27) Glokom ilaçlarının yan etkisi var mıdır?

Bazılarının sadece gözde, bazılarının solunum-dolaşım sisteminde yan etkileri var. Glokom ilaçları bazı durumlarda kullanılamaz. Örneğin solunum sisteminde problem olan (astım, bronşit gibi) bir hastada bazı ilaçlar kullanılamaz. Yine bir grup ilaç renkli gözlü hastalarda, pek çok glokom ilacı hamile ve emzirenlerde kullanılamaz.

### 28) Laser tedavisi nasıl bir tedavidir, ne işe yarar?

Glokomda laserle tedavi, hastanın günlük aktivitesini etkilemeyecek, yan etkisi olmayan, ilaçların tersine kronik hastalık psikolojisi yaratmayan, ama buna rağmen göz içi basıncını güvenli biçimde düşüren bir yöntem arayışının sonucudur. Hiç bir yan etkisi ya da göze zararı olmaz. Poliklinik ortamında, dakikalar içinde yapılan bir işlemdir.

### 29) Glokom tedavisinde hangi laser kullanılır?

Göz hastalıklarının tedavisinde kullanılan pek çok laser tipi var. Myopi tedavisinde kullanılan laserle şeker hastalarının tedavisinde kullanılan laser aynı değil. Benzer şekilde katarakt ameliyatlarında, katarakt ameliyatından sonraki arka kapsül kesafetinin giderilmesinde, prematur bebeklerin retina tedavisinde, akut açı kapanmasında kullanılan laserler de farklı farklı. Primer açık açılı glokomda son yıllarda kullanılan laser 2001 yılında FDA onayı alınmış ve 2005 ten sonra tüm dünyada yaygınlaşmış 532 nm dalga boylu Q-switched FD Nd:YAG laserdir. Yapılan işleme Selektif Laser Trabeküloplastisi(SLT) adı verilir. 2000 yılına kadar kullanılan laser tedavisine (ALT) en büyük üstünlüğü, ön kamara açısında hiç bir hasara yol açmaması ve bu yüzden de tekrarlara izin vermesidir. ALT de argon laser kullanılırdı. Bu laser hem dalga boyu hem de kullanılan enerji ve etki mekanizması bakımından tümüyle farklı bir laserdir.

### 30) Laserle tedavi olan hasta ömür boyu ilaç kullanmaktan kurtulabilir mi?

Glokomun laserle tedavisi, glokoma yol açan mekanizmada

geçici bir düzelme sağlar. Bir drenaj sistemindeki tıkanıklığın giderilmesi gibi, ama tıkanıklığa yol açan yapısal bozukluklar devam ettiği için, laserin de etkisi geçicidir. Beş yılsonunda hastaların %40-50 sinde yeniden laser yapılması gerekir. Bu süre içinde de takipler devam etmelidir. Laser, hastaları her gün ilaç kullanmaktan ve ilaç yan etkilerinden kurtarır, ama takiplerden kurtarmaz!

### 31) Glokomun cerrahi tedavisi hangi durumlarda kullanılır?

Laser ve ilaç uygulaması göz içi basıncını güvenli seviyelere düşüremediyse cerrahi kaçınılmaz olur. Ancak etkili ilaçlar ve laserler sayesinde glokom cerrahisi uygulamaları sayısı her geçen yıl azalmakta. ABD istatistiklerine göre, 2014'te glokom ameliyatlarının sayısı 1995'tekine göre 20 kat, 2005'tekine göre 11 kat azalmış durumda.

### 32) Glokom tedavi edilmesine rağmen körlüğe neden olur mu?

Daha önce tedavi edilmeyen glokomun yaklaşık 20 yılda her iki gözde de körlüğe neden olduğunu söyledik. Erken tanı almış ve tedavi edilmekte olan glokom genellikle ömür boyu kişinin kendi işlerini yapacak kadar görmesine izin verir. Gelişmiş ülkelerde glokoma bağlı körlüklerin sayısı azalmakta, ancak glokom tanısının geç konuştuğu gelişmekte olan dünyada glokomun körlüğe yol açma oranı 20 yıldır değişmemiştir.

### 33) Glokomun erken tanısı için ne yapmamız gerekir?

Belirti vermeyen bir hastalık olması yüzünden, erken tanı için rutin taramalar şart. Gözlük kullanmakta olan hastalar bir şekilde rutin takipte olduklarından bu anlamda şanslıdır. Ancak glokom taramalarını birinci halkada yakınlarında glokom olanlar ve 40 yaş üstü popülasyon olmak üzere, tüm topluma yaymak gerekir.

## Bunları biliyor musunuz?

- \* Glokomun körlüğe yol açan bir hastalık olduğunu,
- \* Erken tanı konduğunda görme kaybından kaçınılabileceğini,
- \* Yakınlarınızda glokom varsa bir an önce göz hekimine başvurmanız gerektiğini,
- \* Sizin glokomunuz varsa bunu yakınlarınızla; özellikle kardeşlerin ve çocuklarınızla paylaşmanız gerektiğini,
- \* Her göz muayenesinde olası bir glokomu atlamamak için göz içi basıncı ölçümünün ve göz dibi muayenesinin yapılması gerektiğini,
- \* Glokomlu her hastada göz tansiyonunun yüksek olmasının gerekmediğini,
- \* Glokom takibinin glokom uzmanları tarafından yapılması gerektiğini biliyor musunuz?