

## Che assistenza é disponibile? SUSSIDI E SERVIZI PER CHI HA LA VISTA BASSA

Chi soffre in varia misura di perdita di visione continua a condurre una vita indipendente con l'aiuto di servizi e sussidi per la vista bassa.

I servizi per la vista bassa sono mirati ad aiutare le persone ad usare la vista che hanno nel modo migliore.

Le tecnologie ed i sussidi per la vista bassa possono aiutare nelle attività giornaliere in casa, al lavoro e nella comunità. Le tecnologie per la vista bassa stanno rapidamente incrementando i vantaggi per chi ha la vista bassa.

Per ulteriori informazioni e assistenza si prega di chiamare la MD Foundation:

# 1800 111 709

[www.mdfoundation.com.au](http://www.mdfoundation.com.au)

Suite 302, Level 3, 447 Kent Street,  
SYDNEY NSW 2000

\* Cecità legale

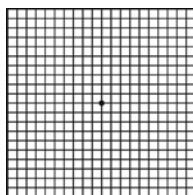
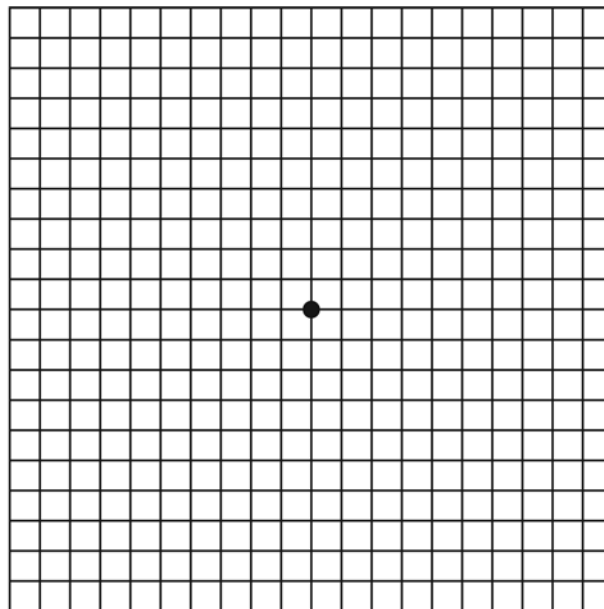
<sup>1</sup> Mitchell P, Taylor HR, Keeffe JE, Vu H, Wang JJ, Rochtchina E, Pezzullo LM, 'Vision Loss in Australia' Medical Journal of Australia 2005; 12: 565-568

<sup>2</sup> VanNewkirk MR, Nanjan MD, Wang JJ, Mitchell P, Taylor MD, McCarty CA, 'The Prevalence of Age-related Maculopathy: The Visual Impairment Project' Ophthalmology 2000 (107): 1593-1600

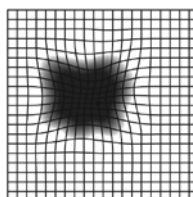
**Avvertenza:** la Macular Degeneration Foundation Ltd ritiene le informazioni contenute in questo foglio informativo corrette al momento della pubblicazione. Anche se ogni cura é stata presa nel prepararle, sarà bene consultare il medico. La Macular Degeneration Foundation Ltd declina qualunque responsabilità per errori o omissioni in questa pubblicazione o per danni causati dalla fornitura, interpretazione o uso e non dà alcuna garanzia esplicita o implicita in relazione a questa pubblicazione.

## La Griglia di Amsler

Da usare per l'esame dei  
sintomi di MD



Visione normale



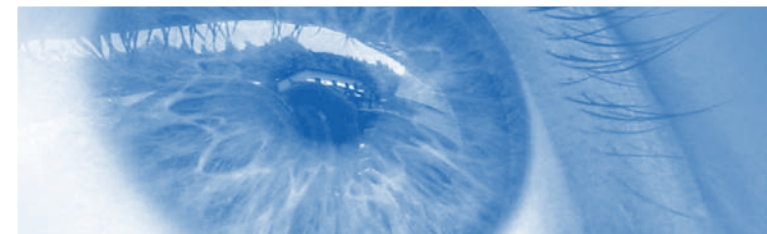
Chiamate immediatamente lo specialista degli occhi

### Indicazioni:

1. Non toglievetevi gli occhiali o le lenti a contatto che portate per leggere.
2. Ponetevi a circa 35 cm dalla griglia in un ambiente ben illuminato.
3. Coprite un occhio con la mano e concentratevi sul punto centrale con l'occhio scoperto. Ripetete con l'altro occhio.
4. Se vedete linee ondulate, spezzate o storte oppure zone confuse o mancanti nel campo visivo potreste avere dei sintomi di MD e dovrete immediatamente parlarne con lo specialista degli occhi.

### NON fate affidamento solo su questo per la diagnosi.

*Questo opuscolo é prodotto dalla MD Foundation. E' da considerarsi solo una guida, non costituisce parere medico e non deve essere considerato come tale. \*\*Qualunque variazione alla dieta o allo stile di vita deve essere concordato con il medico. Marzo 07*



## Degenerazione Maculare

La principale causa di cecità in Australia\*

# I FATTI



Our focus is your vision

# 1800 111 709

[www.mdfoundation.com.au](http://www.mdfoundation.com.au)

## Cos'è la Degenerazione Maculare (MD)?

La macula si trova nella parte centrale della retina che è quel tessuto sensibile alla luce dietro all'occhio. La retina elabora tutte le immagini visive e da essa dipende la capacità di leggere, di riconoscere volti, di guidare e di vedere chiaramente i colori. State leggendo questo foglio informativo grazie alla macula.

La MD causa danni maculari progressivi che comportano la perdita della vista centrale. Fortunatamente la visione periferica non viene colpita in maniera rilevante.

## Quanto è diffusa la MD?

La MD è la principale causa di cecità e di gravi impedimenti visivi in Australia.<sup>1</sup> La MD colpisce una persona su sette oltre i 50 anni e l'incidenza aumenta con l'età.<sup>2</sup>

## Quali sono i tipi di MD?

Ci sono due tipi di MD. Il tipo **Asciutto** causa una graduale perdita di visione centrale. Il tipo **Bagnato** si manifesta con una repentina perdita di visione ed è causato da vasi sanguigni anormali che crescono nella retina. Se avete questi sintomi chiamate immediatamente il dottore.

## Quali sono i fattori di rischio?

Si ritiene che la MD sia causata da un insieme di fattori genetici ed ambientali. Chi ha superato i 50 anni è a rischio. Per chi fuma o ha molti casi di MD in famiglia il rischio di contrarre la malattia è molto maggiore.

## Lista di Controllo per la Salute dell'Occhio\*\*

- Fatevi controllare la vista e in particolare la macula
- Non fumate
- Mantenete un sano stile di vita, controllate il peso e fate esercizio regolarmente
- Adottate una dieta sana e bilanciata; limitate i grassi; mangiate pesce due o tre volte la settimana; mangiate verdure a foglie verde scuro e frutta fresca ogni giorno unitamente ad una manciata di noci la settimana
- D'intesa con il medico considerate degli integratori di zinco e di antiossidanti
- Proteggete gli occhi dalla luce del sole specialmente in età giovanile



*Alcune persone con la MD vedono il mondo in questa maniera*

## Quali sono le cure disponibili per la MD?

Le alternative di trattamento dipendono dallo stadio e dal tipo di malattia. I trattamenti correnti mirano a mantenere la vista migliore il più a lungo possibile, ma al momento non esiste cura. **Una diagnosi precoce è vitale per preservare la vista.**

## I sintomi principali possono comprendere uno o più dei seguenti:

- Difficoltà nel leggere o nello svolgere attività che richiedono una visione precisa.
- Distorsione, quando le linee dritte appaiono ondulate o piegate.
- Quando è un problema riconoscere i volti delle persone.
- Quando delle zone scure o degli spazi vuoti appaiono al centro del campo visivo.

Il bisogno di maggiore illuminazione, una sensibilità al riverbero, una visione notturna ridotta ed una scarsa sensibilità ai colori potrebbe significare che c'è qualcosa che non va.

## E' importante una diagnosi precoce

La scoperta tempestiva di qualunque forma di MD è cruciale perché prima si scopre e meglio sono i risultati paragonati a chi invece aspetta. La MD può causare sintomi diversi. Avere difficoltà nel vedere bene non deve essere attribuito solo all'invecchiamento.

La MD può anche non essere notata allo stadio iniziale, tuttavia può essere rilevata tramite un esame oftalmologico prima che si manifestino eventuali sintomi visivi. Lo scoprirla in tempo può darvi modo di rallentarne l'avanzamento.