



**NCM Szpital Jednodniowy, Gdańsk**  
**Alcon Zaćma – twój przewodnik**

**Lepszy wzrok**  
**Lepsze życie**

## Jak działa proces widzenia

Światło dostaje się do naszych oczu przez rogówkę i soczewkę, a następnie przechodzi do tylnej części oka. Tam trafia na siatkówkę, gdzie powstaje obraz, który jest przekazywany do mózgu.

## Co to jest zaćma?

Zaćma to zmętnienie naturalnej soczewki oka. Z upływem lat soczewka oka stopniowo traci swoją naturalną przejrzystość. W miarę postępowania tego procesu coraz mniej światła dostaje się przez soczewkę do oka, przez co widzenie staje się nieostre. Zaćma jest naturalnym procesem związanym ze starzeniem się organizmu. Jej rozwój powoduje, że wykonywanie codziennych czynności, takich jak czytanie, praca, prowadzenie samochodu staje się coraz trudniejsze.

## Jak leczy się zaćmę

Chociaż nie da się zapobiec powstaniu zaćmy, to można ją skutecznie wyleczyć chirurgicznie. Zabieg polega na usunięciu zmętniałej soczewki oka i zastąpieniu jej sztuczną soczewką wewnątrzgałkową o odpowiednio dobranych parametrach optycznych. Takie leczenie daje trwały efekt, a sztuczna soczewka wewnątrzgałkowa na stałe zastępuje naturalną soczewkę oka. W zależności od rodzaju zastosowanej soczewki, może ona skorygować również wady wzroku, takie jak dalekowzroczność, krótkowzroczność, prezbiopia i astygmatyzm.

## Zabieg usunięcia zaćmy

**Zabieg usunięcia zaćmy wykonywany jest metodą tzw. fakoemulsyfikacji - najbezpieczniejszą i najmniej traumatyczną dla oka.** Chirurg wykonuje niewielkie nacięcie w rąbku rogówki, usuwa soczewkę, rozbitą wcześniej podczas zabiegu za pomocą ultradźwięków, a następnie wprowadza na jej miejsce sztuczną soczewkę wewnątrzgałkową o odpowiednio dobranych parametrach optycznych.

Zabieg wykonywany jest obecnie standardowo w trybie ambulatoryjnym. Jest krótki i bezbolesny. Zwykle trwa 20-30 minut lub krócej. Krople znieczulające oraz środki uspokajające sprawiają, że uczucie dyskomfortu jest ograniczone do minimum.

## Bez okularów po usunięciu zaćmy? To możliwe!

Chociaż dostępne są soczewki wewnątrzgałkowe, które mogą zminimalizować lub nawet wyeliminować konieczność noszenia okularów, wiele osób po operacji zaćmy wciąż musi je nosić, aby móc wykonywać takie czynności jak czytanie czy praca przy komputerze lub z powodu astygmatyzmu. Poproś swojego okulistę, by pomógł ci wybrać taki rodzaj soczewek wewnątrzgałkowych, które najlepiej dopasowane będą do potrzeb wynikających z twojego stylu życia oraz stanu zdrowia.

# Soczewki wewnątrzgałkowe

Soczewki wewnątrzgałkowe możemy podzielić na dwie zasadnicze kategorie: jednoogniskowe i wieloogniskowe. Oba typy soczewek są także dostępne w wersji torycznej, która umożliwia korekcję astygmatyzmu podczas zabiegu usunięcia zaćmy.

## Soczewki wieloogniskowe

Soczewki trójogniskowe - najbardziej zaawansowane technologicznie, dają możliwość całkowitej rezygnacji z noszenia okularów po zabiegu usunięcia zaćmy. Ich konstrukcja sprawia, że zapewniają ostre widzenie do dali i bliży oraz na odległości pośrednie.

Wykonując codzienne czynności, takie jak praca z komputerem, patrzymy najczęściej na odległość około 60 cm. Dlatego, aby uniknąć potrzeby zakładania okularów do takich czynności, najbardziej korzystne jest wszczępienie trójogniskowych soczewek wewnątrzgałkowych. Mają one bowiem punkt skupiania światła dla odległości pośrednich ustawiony, tak by zapewniać ostre widzenie właśnie na takim dystansie.

Warto o tym pamiętać, ponieważ niektóre soczewki trójogniskowe mogą mieć ustawiony punkt skupiania światła dla odległości pośrednich poza zakresem najbardziej naturalnym dla przeciętnej osoby. Niektóre na przykład zaprojektowane są tak, by zapewniać najlepsze widzenie odległości pośrednich na dystansie około 80 cm.

## Soczewki jednoogniskowe

**widzenie tylko w jednej wybranej odległości. Z reguły dobierane są tak, by zapewniać dobre widzenie do dali.** Po operacji zaćmy z wszczępieniem takiej soczewki potrzebne będą okulary do bliży, np. do czytania.

## Prezbiopia

Prezbiopia to pogorszenie widzenia na bliskie odległości spowodowane zmniejszającą się wraz z wiekiem zdolnością akomodacji oka. Prezbiopia, podobnie jak zaćma, jest związana z naturalnym procesem starzenia się organizmu i zaczyna się stopniowo rozwijać po 40. roku życia. Osoby z prezbiopią mają problemy z ostrością widzenia z bliska i na odległości pośrednie, co utrudnia wykonywanie wielu codziennych czynności, w tym czytanie małego druku, korzystanie ze smartfona i komputera.

**Zdolność akomodacyjna oka w dużej części zależy od stanu soczewki. Mniej elastyczna soczewka oznacza gorszą akomodację, czyli dostosowanie się oka do przedmiotów w różnych odległościach od obserwatora.** Wymiana naturalnej soczewki oka na wieloogniskową soczewkę wewnątrzgałkową sprawia, że po operacji zaćmy osoby, które przed zabiegiem potrzebowały okularów ze względu na rozwój prezbiopii, mogą się od nich uniezależnić.

## Astygmatyzm i możliwość jego korekcji za pomocą soczewek wewnątrzgałkowych

Astygmatyzm jest stosunkowo częstą wadą wzroku, która sprawia, że oko nie jest w stanie skupiać światła we właściwy sposób. Najczęściej występującą odmianą astygmatyzmu jest astygmatyzm rogówkowy. **Jego przyczyną jest nieregularna budowa rogówki, która sprawia, że widziane obiekty, bez względu na odległość w jakiej się znajdują, wydają się nieostre i zniekształcone.**

**Soczewki wewnątrzgałkowe** korygujące astygmatyzm nazywane są soczewkami torycznymi. Dzięki swojej specjalnej konstrukcji optycznej wyrównują nieregularności w kształcie rogówki, wskutek czego światło wpadające do oka nie ulega niepotrzebnemu rozproszeniu.

**Soczewki toryczne w wersji trójogniskowej** mogą znacząco zredukować potrzebę noszenia okularów także u osób, które przed operacją zaćmy potrzebowały okularów z tzw. cylindrami.

**Soczewki toryczne jednoogniskowe** znacząco poprawiają komfort widzenia po operacji zaćmy i eliminują potrzebę noszenia okularów ze szklami cylindrycznymi, jednak nadal okulary potrzebne są do czytania czy korzystania z komputera.

### Co wyróżnia dobrą soczewkę?

Soczewki wewnątrzgałkowe różnią się między sobą nie tylko budową optyczną i tym, ile problemów związanych ze wzrokiem mogą jednocześnie rozwiązać. Jakość widzenia po operacji zaćmy zależy od wielu cech i właściwości soczewek wewnątrzgałkowych.

Dlatego warto przed zabiegiem, czy to wykonywanym odpłatnie, czy też „na NFZ”, upewnić się, jaka soczewka zostanie wszczepiona. Oto lista parametrów, które warto sprawdzić, aby mieć pewność, że soczewka jest dobrej jakości:

- **jest asferyczna** - taka budowa gwarantuje bardzo dobrą jakość widzenia po operacji, zwłaszcza w warunkach słabego oświetlenia;
- **jest hydrofobowa** - tzn. jest wykonana z bardzo dobrej jakości materiału, który decyduje o stabilności wszczepionej soczewki i, co ważne, minimalizuje ryzyko powstania tzw. zaćmy wtórnej, czyli zmętnienia torebki tylnej oka, które trzeba usuwać za pomocą zabiegu laserowego;
- **ma filtr UV**, który pochłania szkodliwe promieniowanie ultrafioletowe, ważny jest też, obyto był taki rodzaj filtra, który zapewni najwyższy możliwy poziom ochrony przed tym promieniowaniem;
- **ma filtr światła niebieskiego** (ma wtedy charakterystyczny żółty kolor), który chroni siatkówkę oka, zmniejszając ryzyko wystąpienia zwyrodnienia plamki żółtej.

**Zapytaj lekarza o każdy z wyżej wymienionych parametrów soczewki. Od jej wyboru zależy jakość widzenia po operacji.**

### **Soczewki jednoogniskowe AcrySof®**

Soczewka jednoogniskowa asferyczna. Wykonana z hydrofobowego materiału Acrysof, posiada filtr UV. Zapewnia dobre widzenie do dali.

**AcrySof® IQ** - Soczewka jednoogniskowa asferyczna z filtrem światła niebieskiego

Wykonana z hydrofobowego materiału Acrysof, posiada filtr UV oraz filtr światła niebieskiego. Zapewnia dobre widzenie do dali.

**Clareon®** - Soczewka jednoogniskowa asferyczna z filtrem światła niebieskiego

Wykonana z hydrofobowego materiału Clareon®, charakteryzująca się idealnie zaprojektowaną krawędzią, która redukuje ryzyko powstania zaćmy wtórnej. Posiada filtr UV oraz filtr światła niebieskiego. Zapewnia dobre widzenie do dali.

**AcrySof® IQ Toric** - Soczewka jednoogniskowa asferyczna do korekcji astygmatyzmu

Wykonana z hydrofobowego materiału Acrysof, posiada filtr UV oraz filtr światła niebieskiego. Zapewnia dobre widzenie do dali oraz korekcję astygmatyzmu.

### **Soczewki wielogniskowe:**

**AcrySof® IQ PanOptix** - Soczewka trójogniskowa, asferyczna z filtrem światła niebieskiego

Wykonana z hydrofobowego materiału Acrysof, posiada filtr UV oraz filtr światła niebieskiego. Zapewnia pełny zakres widzenia: bliży, dali i odległości pośredniej.

**AcrySof® IQ PanOptix Toric** - Soczewka trójogniskowa asferyczna do korekcji astygmatyzmu

Wykonana z hydrofobowego materiału Acrysof, posiada filtr UV oraz filtr światła niebieskiego. Zapewnia pełny zakres widzenia: bliży, dali i odległości pośredniej oraz korekcję astygmatyzmu.

Zabieg usunięcia zaćmy poprzedzony jest wizytą, podczas której wykonywane są badania diagnostyczne, omawiane są potrzeby związane z widzeniem i dobrana zostaje odpowiednia soczewka wewnątrzgałkowa.

### **Podczas wizyty poprzedzającej zabieg:**

Spodziewaj się pytań dotyczących jakości widzenia: zarówno obecnej i tej oczekiwanej po zabiegu. Twoje oczy zostaną zbadane w celu zdiagnozowania zaćmy oraz występowania współistniejących chorób oczu, takich jak jaskra i choroby siatkówki oraz wad wzroku: krótkowzroczności, dalekowzroczności, przebiopii i astygmatyzmu. Otrzymasz krople rozszerzające źrenice. Przygotuj się na to, że ich zastosowanie sprawi, że nie będziesz wyraźnie widzieć przez jakiś czas. Najlepiej, by towarzyszyła Ci osoba, która będzie mogła odwiedzić Cię lub odprowadzić do domu po wizycie. Po potwierdzeniu obecności zaćmy okulista dokona pomiarów, które są niezbędne do wyboru odpowiednich parametrów soczewki wewnątrzgałkowej. Powinieneś otrzymać informacje o tym, jakie soczewki wewnątrzgałkowe będą najbardziej odpowiednie biorąc pod uwagę twoje oczekiwania i potrzeby związane z widzeniem. Jak każda operacja, zabieg usunięcia zaćmy wiąże się z pewnym ryzykiem – porusz ten temat w rozmowie z okulistą.

### **Po zabiegu:**

Większość pacjentów odzyskuje dobrą jakość widzenia w ciągu kilku dni od zabiegu usunięcia zaćmy. Pierwsza wizyta kontrolna zazwyczaj odbywa się następnego dnia po zabiegu, a kolejna pomiędzy 14. a 28. dniem od zabiegu. Wizyty kontrolne pozwalają na bieżące monitorowanie, czy proces rekonwalescencji przebiega we właściwy sposób.