



Elämää glaukooman kanssa

GLAUKOOMA  YHDISTYS RY



Mikä on glaukooma?

Glaukooma eli silmänpainetauti on näköhermoa vahingoittava sairaus. Alkuvaiheessa glaukooma on usein täysin oireeton, mutta se etenee hiljalleen ja voi hoitamattomana johtaa merkittävään näön heikkenemiseen ja jopa näön menettämiseen.

Glaukooma on yksi yleisimmistä näkövammaisuuden aiheuttajista maailmassa. Suomessa Kelan lääke-rekisterin mukaan glaukoomaa sairastaa noin 90 000 henkilöä. Lisäksi arviolta yhtä moni ei tiedä sairaudestaan. Glaukoomaa on kymmeniä eri tyyppisiä. Päätyypit ovat avokulmaglaukooma ja ahdaskulmaglaukooma.

Taudin toteaminen

Alkuvaiheen oireettomuus tekee glaukoomasta salakavalan taudin. Usein glaukooma löytyy silmälääkärin tarkastuksessa. Silmälääkäri onkin ainoa, joka voi luotettavasti todeta glaukooman. Tutkittavana kannattaa käydä säännöllisesti 45 vuoden iästä lähtien, vaikka oireita ei olisikaan.

Kuka voi sairastua?

Glaukooma on osin perinnöllinen sairaus, ja sairastumisriski on selvästi suurempi niillä, joiden läheisvussa esiintyy glaukoomaa. Myös kohonnut silmän-

KORKEATASOISET SILMÄLÄÄKÄRIN PALVELUT

Glaukoomatutkimukset | Glaukooman hoito
Silmäleikkaukset: kaihi-, silmäluomi- ja linssileikkaukset
Silmien terveystarkastukset | Silmätutkimukset
Optikon palvelut | Ikärappeuman hoito | Lasten silmien hoito

Lue lisää coronariasilmasairaala.fi



Coronaria
SILMÄSAIRAALA

Ajanvaraus Helsinki
p. 020 780 6314
silmasairaalahelsinki@coronaria.fi

Ajanvaraus Oulu
p. 020 780 6395
silmasairaalaoulu@coronaria.fi



paine ja likinäköisyys altistavat glaukoomalle. Sairastua voi kuitenkin kuka tahansa, myös sellainen henkilö, jonka näkö ja silmänpaine ovat normaalit ja jonka suvussa glaukoomaa ei ole. Sairastumisriski kasvaa iän myötä; eniten glaukoomaa todetaan yli 60-vuotiailla.

Taudin hoito

Glaukooma on elinikäinen sairaus, johon ei ole parannuskeinoja. Glaukooman aiheuttamat muutokset näkökentässä ovat pysyviä. Oikealla hoidolla glaukooman etenemistä voidaan kuitenkin hidastaa ja uusien vaurioiden syntymistä estää. Säännöllisen hoidon avulla glaukoomapotilas voi yleensä elää täysipainoista elämää.

Ensisijaisena hoitokeinona glaukoomaan käytetään silmätippoja, joita on laitettava säännöllisesti päivittäin. Muita mahdollisia hoitomuotoja ovat laserhoito ja paineleikkaukset.

*Tutkittavana kannattaa
käydä säännöllisesti
45 vuoden iästä lähtien,
vaikka oireita ei olisikaan.*



**Yhdessä
näemme
enemmän.**



Näkövammaisten liitto

Tarjolla on arvokasta vertaistukea



"Olen sairastanut glaukoomaa lähes kymmenen vuotta. Hakeuduin silmälääkəriin oikean silmän näön heikkenemisen vuoksi. Syyksi paljastui verkkokalvon ryppykalvo, joka saatiin hoidettua leikkauksella. Korkeiden silmänpaineiden vuoksi heräsi samalla epäily glaukoomasta, joka sitten osoittautuikin todeksi.

Glaukooma on parantumaton sairaus, joka on pitänyt hyväksyä osaksi elämää. Hyvän hoidon ansiosta näkökenttäpuutokset ovat toistaiseksi olleet vähäisiä eivätkä ole haitanneet elämääni.

Vuonna 2013 löysin netistä Pääkaupunkiseudun Glaukoomapotilaat ry:n, jonka toiminta oli muuttumassa valtakunnalliseksi. Minäkin pystyin liittymään jäseneksi. Nyt olen toiminut jo vuosia yhdistyksen hallituksessa ja osallistunut aktiivisesti vapaaehtoistoimintaan. Glaukoomayhdistyksellä on tärkeä tehtävä tiedottaa salakavalasta silmäsaudesta ja jakaa syvällisempää glaukoomatietoutta. Tietoa jaetaan nettisivuilla, Facebookissa, tiedotteissa, Glaukooma-lehdessä sekä aiheeseen liittyvillä luennoilla ja messuilla. Glaukoomakerhot toimivat ympäri Suomea ja tarjoavat potilaille arvokasta vertaistukea. Valtakunnallisen potilas-yhdistyksen toiminta on osoittautunut tarpeelliseksi.

Yhdistyksen hallitus ja glaukoomakerhojen ohjaajat toimivat vapaaehtoisina. Vapaaehtoistyö onkin yhdistyksen toiminnalle erittäin tärkeää."

Ritva Kivimäki

Seuraan etenkin



silmälääkärin palstaa

”Minulla todettiin glaukooma 13 vuotta sitten. En ollut aiemmin käyttänyt silmlaseja, mutta koska tein paljon töitä tietokoneen ääressä, päätin hankkia päätelasit. Silmlääkäritutkimusten yhteydessä löytyikin glaukooma.

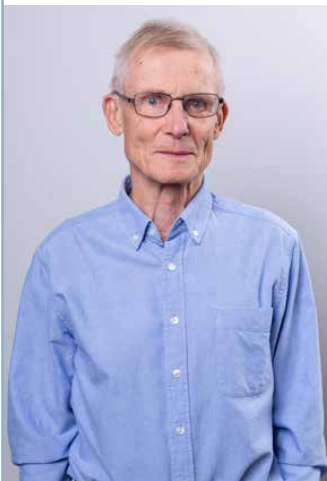
Sairaus vaatii tarkkaa hoitoa, jotta se ei pahene. Laitan silmänpainetta alentavia silmätippoja kellontarkasti aamuin illoin ja käyn säännöllisesti glaukoomaan erikoistuneen lääkärin vastaanotolla.

Vuonna 2013 liityin jäseneksi Glaukoomayhdistys ry:hyn, joka silloin toimi vielä vanhalla nimellä. Yhdistys järjestää paljon yleis- ja jäsentilaisuuksia, joihin olen osallistunut säännöllisesti. Yhdistyksellä on paljon toimintaa myös netissä. Seuraan aktiivisesti Facebookin Glaukoomavertaisryhmä -nimistä suljettua keskusteluryhmää ja etenkin nettisivujen silmlääkärin palstaa, jolle kuka tahansa jäsen voi lähettää kysymyksiä.

Paikkakunnallani toimii myös yhdistyksen pyörittämä glaukoomakerho, jossa käyn aina kun mahdollista. Kerhossa voin vaihtaa kokemuksia taudinkuvasta muiden glaukoomapotilaiden kanssa.”

Vilma Nurmi

Paras jäsenetu on tiedon jakaminen



”Glaukoomani löytyi silmlääkärin tutkimuksessa 15 vuotta sitten. Itse en ollut huomannut näössäni mitään erikoista. Tutkimusten jälkeen tiesin, ettei näköalueeni tulisi enää koskaan laajenemaan entiselleen. Mutta ei elämäni kokonaan pimentynyt. Vaikka en enää voi ajaa autoa, hyvän hoidon ansiosta kuntoilen, luen ja kirjoitan edelleen.

Jotain kautta kuulin Glaukoomayhdistyksestä. Soitin yhdistyksen puheenjohtajalle ja rupesin käymään vertaistukitilaisuuksissa. Huomasin pian, että tiedon tarvetta oli meillä kaikilla. Parhaiten sain kerrottua omista kokemuksistani muille toimimalla vertaistukiryhmän vetäjänä. Toimin myös hallituksessa jäsenenä.

Yhdistyksen parhaita jäsenetuja ovat eri kanavat, tilaisuudet ja esittelyt, joissa saa tietoa glaukoomasta. Optikoiden ilmaiset silmänpainemittaukset ovat hyviä houkuttimia, mutta nekään eivät paljasta kuin joka toisen alkavan glaukooman. Ohjeeni glaukoomaperheiden vanhemmille ja isovanhemmille: Vieköö lapsenne ja lapsenlapsenne ajoissa silmlääkäriin. Jälkipolvi kiittää!”

Juhani Vahde



Glaukoomayhdistys ry – tietoa ja tukea glaukoomaa sairastaville

Glaukoomayhdistys ry on valtakunnallinen potilasjärjestö, joka toimii glaukoomaa sairastavien yhdistyksenä, tiedonvälittäjänä ja vertaistuen järjestäjänä. Yhdistys aloitti toimintansa vuonna 1998 nimellä Pääkaupunkiseudun Glaukoomapotilaat ry. Toiminnan laajennuttua valtakunnalliseksi vuonna 2013 nimeksi tuli Glaukoomayhdistys ry.

Yhdistys järjestää sairauteen ja sen hoitamiseen liittyviä seminaareja, luentoja ja infotilaisuuksia jäsenilleen ja suurelle yleisölle. Lisäksi yhdistys järjestää useilla paikkakunnilla vertaistukitoimintaa, jossa voi tavata muita glaukoomapotilaita ja keskustella sairaudesta ja sen vaikutuksista elämään.

Yhdistys osallistuu vuosittain kansainvälisen glaukoomaviikon tapahtumiin sekä useille alan messuille, tapahtumiin ja teemapäiviin. Lisäksi se tuottaa glaukooma-aiheisia artikkeleita yhdessä asiantuntijoiden kanssa, julkaisee jäsentiedotteita ja Glaukooma-lehteä, ylläpitää nettisivuja sekä Facebook-sivua ja suljettua vertaisryhmää.

Toiminnalla jaetaan tietoa salakavalan glaukooman olemassaolosta ja varhaisen toteamisen tärkeydestä sekä hoidoista ja tutkimuksesta. Toiminnalla pyritään ylläpitämään julkista keskustelua glaukoomasta ja lisäämään alan tutkimusta sekä parantamaan glaukoomapotilaiden edunvalvontaa.



Liity jäseneksi!

Glaukoomayhdistys ry:n jäsenenä saat paljon tärkeää tietoa glaukoomasta ja samalla tuet yhdistyksen toimintaa glaukoomaa sairastavien hyväksi. Tutustu jäsenetuihin ja liity jäseneksi osoitteessa www.glaukoomayhdistys.fi.

Glaukoomayhdistys ry

Marjaniementie 74

00930 Helsinki

Puh. 050 466 2929 (puhelinaika ma ja to klo 10–14)

toimisto@glaukoomayhdistys.fi

www.glaukoomayhdistys.fi

GLAUKOOMA YHDISTYS RY



@glaukoomayhdistys

Suljettu ryhmä: Glaukoomavertaisryhmä



SILMIESI VUOKSI.

Icare HOME on ensimmäinen kotikäyttöön tarkoitettu silmänpainemittari. Mittaamalla silmänpainetta eri tilanteissa eri vuorokauden aikoina saadaan kattava kuva silmänpaineen vaihteluista ja lääkityksen tehosta.

Icare HOMEn käyttö on helppoa. Silmänpaineen mittaaminen sujuu arjen rutiinien keskellä nopeasti ja turvallisesti.

icare
HOME

Oman Icare HOME -silmänpainemittarin voi hankkia osoitteesta:

www.silmänpaine.fi

Sivuilta löydät myös tietoa mittarin vuokrausmahdollisuuksista.



Icare Finland Oy Äyritie 22, FI-01510 Vantaa, Finland. puh: 020 730 8080. Icare Finland Oy on osa Revenio-konsernia.

ICARE-HOME-AD-TA022-099-FI-1.1