

# **L'AUTO DIAGNOSI** **VISIVA**

**È fondamentale fare periodici controlli del sistema visivo recandoti dal tuo optometrista e qualora necessario dal medico oculista. Momenti di appannamento della vista dopo la lettura ravvicinata, mal di testa, senso di fatica visiva, stanchezza degli occhi, bruciori oculari, possono essere sinonimo di un problema visivo ed a volte di una patologia degli occhi o generale. Saper riconoscere alcuni sintomi è importante e soprattutto rivolgersi poi ad uno specialista: ottico, optometrista, oculista**

# La Vista: cos'è?

- Per '**Vista**' si intende l'insieme d'informazioni che il sistema visivo nel suo complesso raccoglie dall'ambiente circostante tramite l'occhio, il nervo ottico, le vie ottiche e le aree del cervello deputate alla visione, aree a loro volta allacciate ed in stretto rapporto con altre aree cerebrali
- E' il **senso principe**, perché da esso noi raccogliamo la stragrande maggioranza delle informazioni necessarie ad interfacciarci con l'ambiente esterno, ma è anche quello più complesso e delicato
- La capacità di identificare **precocemente** un problema visivo e comprenderne la gravità è quindi molto utile sia per un trattamento vantaggioso (il successo della terapia è spesso legato alla tempestività della cura) che d'altra parte per evitare falsi allarmi

# **Perché l'autodiagnosi?**

- **Sapere riconoscere precocemente i segni principali di un problema visivo o di una malattia è molto utile. Il paziente può recarsi dallo specialista prima che la situazione evolva in maniera eccessiva**
- **La tempestività nella diagnosi e nella conseguente terapia o trattamento risulta spesso fondamentale.**

# Problema visivo

- Un problema visivo non è necessariamente un difetto della acuità visiva
- I nostri occhi interagiscono con il sistema dell'equilibrio corporeo e comandano il movimento nello spazio circostante
- Il cattivo rendimento scolastico, sportivo o sul lavoro possono dipendere da un problema visivo ma non di vista

# Posso Avere un problema visivo se vedo 10/10?

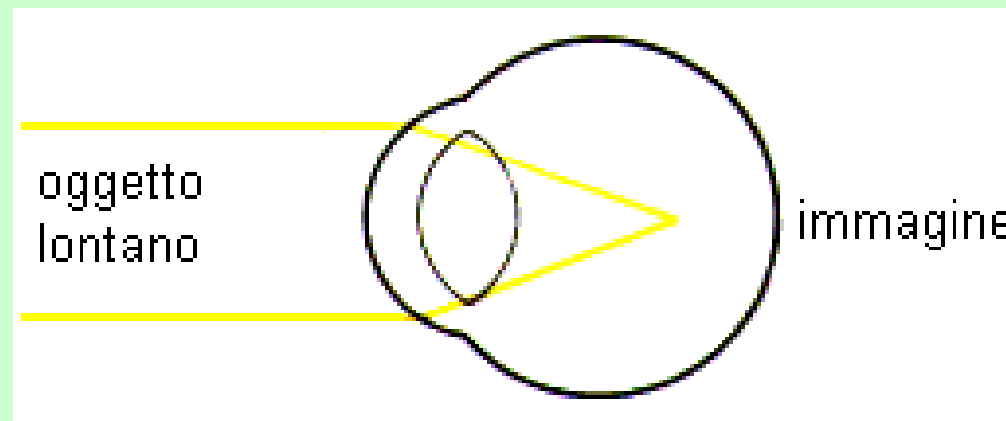
- Si! Molte persone vedono anche oltre i 10/10 pur avendo un problema visivo
- Difficoltà e lentezza nella lettura, cattiva grafia, scarsa capacità nelle attività manuali o difficoltà di apprendimento possono essere espressione di un problema visivo

# I 'Decimi'

- Si esprime in 'decimi' la misura dell'efficienza complessiva del sistema visivo.
- La visione ottimale è di 'dieci decimi', scritto '10/10'; questo indica la capacità di discriminare **due punti divisi da un angolo di 1°** (un grado primo)
- I 'decimi' sono indipendenti dalle 'diottrie': ad esempio, si può avere dieci decimi pur avendo una miopia di 5 diottrie o un astigmatismo di 3 (applicando ovviamente la giusta correzione ottica); d'altra parte si può avere tre soli decimi senza che alcuna lente possa aumentare tale prestazione

# Le 'Diottrie'

- L'entità delle 'ametropie' (miopia, ipermetropia ed astigmatismo) si esprime in 'diottrie'. Questa è una misura ottico-geometrica. Un occhio che non presenta ametropie si dice 'emmetrope'



Schema di occhio miope

# Come risolvo il mio problema visivo?

- Il tuo specialista può:
- Consigliarti un occhiale correttivo
- Consigliarti un filtro solare protettivo
- Consigliarti una adeguata profilassi visiva
- Consigliarti degli esercizi visivi
- Riferirti ad un altro specialista se necessario
- Molto altro

# Malattie Generali

- **E' necessario essere informati sul proprio stato di salute generale, informando il proprio specialista se si è affetti da malattie generali che possono avere effetti negativi sul sistema visivo, quali:**
  - **Diabete;**
  - **Ipertensione arteriosa;**
  - **Vasculopatie;**
  - **Neuropatie ed altre affezioni neurologiche (es. la sclerosi a placche);**
  - **Alterazioni della coagulazione e del metabolismo;**
  - **Ereditarietà per malattie oculistiche (glaucoma, etc)**

# I Controlli Periodici

- Per la buona salute dell'occhio è necessario effettuare controlli periodici; si consiglia una cadenza **ANNUALE**
- La **visita** deve comprendere:
  - Anamnesi;
  - Visus;abilità visive,analisi visiva
  - Tonometria;no contatto se non medico
  - Biomicroscopia;
  - Fondo oculare;non dilatato se non medico

# I Sintomi

- **Possiamo distinguere tre grandi gruppi di sintomi riguardanti l'occhio ed il sistema visivo che debbono mettere in allarme**

- **SOGGETTIVI:**

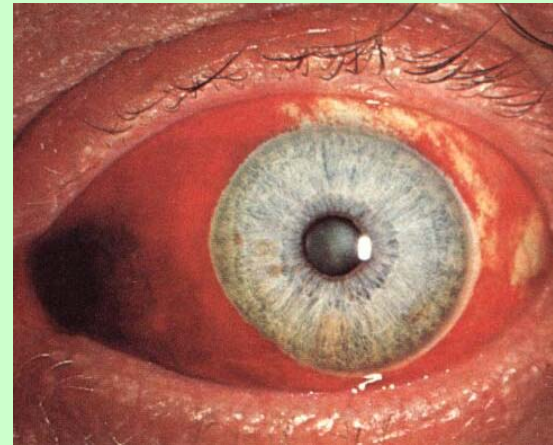
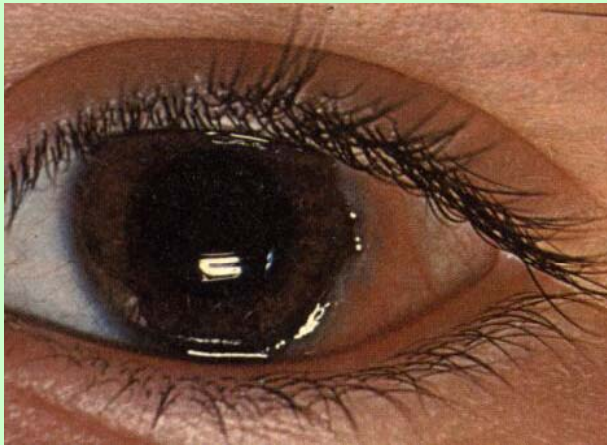
- **1- DOLORE (fastidio, bruciore) astenopia**
- **2- ALTERAZIONI VISIVE; appannamento improvviso, visione doppia, altro**

- **OGGETTIVI:**

- **IPEREMIA, arrossamento, gonfiore, altro**

# I Sintomi Obiettivi

- **Gli 'occhi rossi' sono un sintomo chiaro di patologia dell'occhio, ma non sempre ci si deve allarmare**



**A sinistra, congiuntivite virale; a destra, emorragia sottocongiuntivale. Nonostante l'aspetto del secondo sia drammatico, il problema non è grave; crea più preoccupazioni il primo, che necessita di cure rapide**

# I Sintomi Soggettivi

- **I segni principali cui prestare attenzione sono le Anomalie Visive:**

- - **Calo del visus**
- - **Appannamento**
- - **Sdoppiamento dell'immagine**
- - **Vedere 'tende', 'lampi', etc**

# IL CALO DELLA VISTA

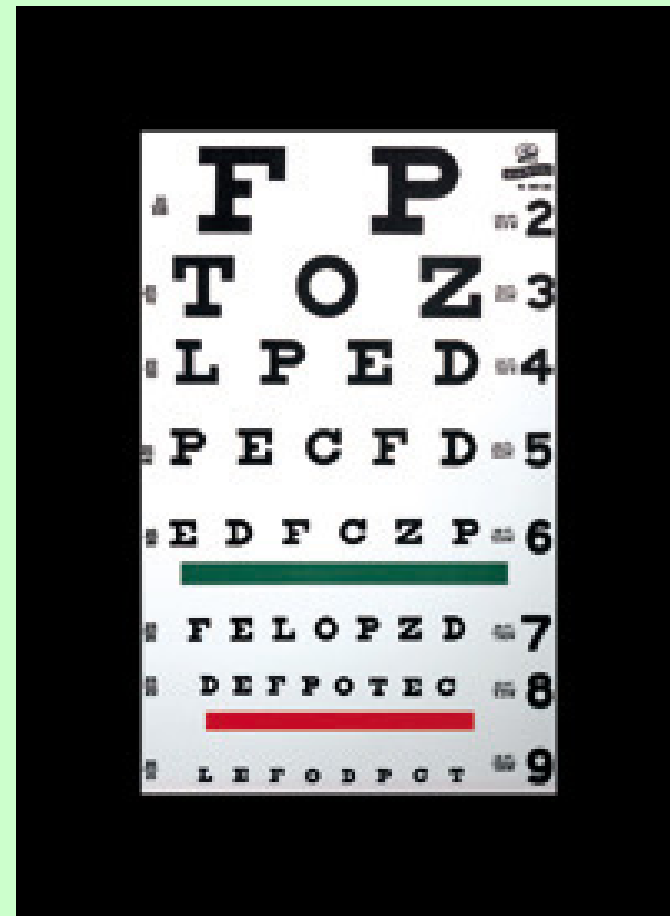
- E' il primo e più importante parametro che chiunque può verificare da sé
- Per **calo della vista** si intende una diminuzione assoluta dell'acuità visiva, cioè un deterioramento della qualità della visione da vicino o da lontano, tale da impedire la percezione distinta di oggetti precedentemente ben visibili
- Un calo della vista di qualsiasi entità e con qualsiasi modalità di manifestazione, deve sempre portare ad un **sollecito controllo specialistico**

# **E' importante riferire allo specialista le** **caratteristiche soggettive** **dell'eventuale calo di vista**

- E' (stato) **improvviso** o graduale?
- Si verifica in **ambedue gli occhi**?
- Si accompagna a **sdoppiamento** dell'immagine ed a sensazione di alterazione dei colori?
- Sono presenti sensazioni luminose **anomale**?
- Si ha la sensazione di vedere una **'tenda'** che occlude parte del campo visivo?
- Gli oggetti appaiono **deformati**?
- E' avvertibile sia a **distanza** che alla **lettura**?

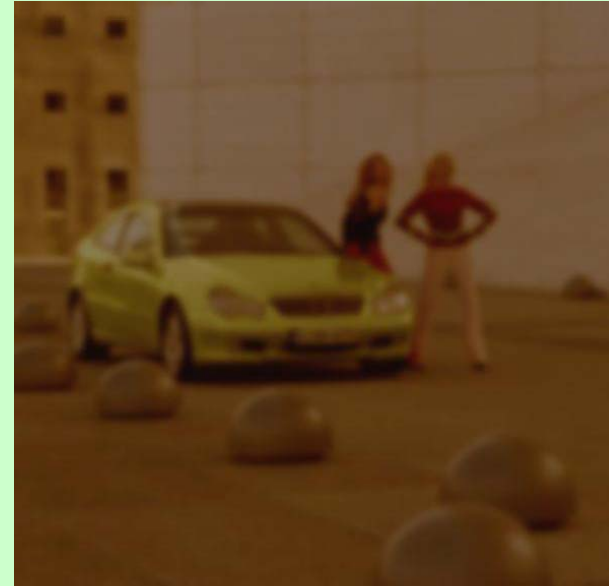
# Verificare il calo del visus

- E' utile stabilire un oggetto più o meno fisso e stabile che faccia da **'traguardo'** (ad esempio, un cartello stradale visibile dalla finestra ed abbastanza lontano da leggerne i caratteri con difficoltà) per fare gli opportuni confronti quando si ha la sensazione di un calo visivo
- Controllo periodico e regolare di questo **'traguardo'**



Un ottotipo di Snellen

# La Cataratta: i sintomi



Un quadro come quello della foto di destra può fare sospettare una **cataratta**. Essendo però questa una situazione che si crea di solito progressivamente, lungo un arco di tempo che può essere di anni il soggetto potrebbe non avvertire il cambiamento finchè non si supera un livello di soglia. A questo punto subentra la preoccupazione del **calo improvviso** dell'acuità visiva

# La Cataratta: l'aspetto clinico



- **Aspetti tipici di cataratte in uno stadio avanzato.**
- **Chiunque può macroscopicamente notare che la pupilla dell'occhio interessato, di solito perfettamente nera, appare grigiastra ed opaca**
- **La cataratta non è un'urgenza, ma è consigliabile operarla precocemente**

# La Cataratta: l'intervento



- **Il cristallino opaco, che crea l'appannamento visivo tipico della cataratta, viene sostituito da una lente artificiale in PMMA o simili**
- **A sinistra, un moderno modello di LIO (Lente Intra-Oculare)**

COPPA ACERBO—15TH AUGUST, 1937

THE Coppa Acerbo is held at the little seaside town of Pescara, about half-way down the Adriatic coast of Italy. The race was inaugurated twelve years ago by Minister Acerbo. The circuit is probably one of the finest in Europe from the drivers' point of view, being sixteen miles in length, although the cars do not come round often enough to make it really interesting for the spectators.

On leaving the grandstands the road continues straight for about half a mile and then starts a really twisty up-and-down section of about eight miles. This is followed by two four-mile straights, there being a distance in the middle of each. These chicanes were introduced in 1937 to give the slower Italian cars a better chance, as without them the German cars would be out of sight in one lap.

All the hotels are shut up for the year with the exception of the one week in which the Coppa Acerbo takes place, and except for a few local inhabitants Pescara is completely deserted. The natural result of this is chaos for the race week. One is lucky to get anything to eat at all or even a bed. I was singularly unlucky in my choice of the latter. The bedroom was filled with mosquitoes, and the bed itself appeared to be a flea's nest. I blame afterwards from Earl Howe that I had myself entirely to blame. He goes to Pescara equipped with a mosquito net, two Flit sprays, and a large pot of Flit ointment, which makes the human body a less delectable morsel to such fierce insect life.

I arrived at about five o'clock on Wednesday afternoon to find Seaman looking remarkably fit although his face was still pretty bad and his nose was a hideous sight as it seemed to have absorbed large pieces of the road. The bone had set in his thumb, but he was considerably inconvenienced by a large blister which had grown there due to the catapult device they had affixed at Adenan.

I discovered that the reason Seaman had been asked to go to Pescara was because Lang was ill and Seaman was the

# Le Maculopatie

- **Le difficoltà di lettura a distanza ravvicinata, con un'area particolarmente confusa corrispondente alla zona centrale e quindi più usata, debbono far sospettare una **MACULOPATIA****
- **E' una patologia insidiosa, progressiva e di pertinenza del medico oculista come tutte le patologie**

# Un altro tipo di appannamento: il Glaucoma



- L'edema corneale che consegue all'attacco acuto di ipertono oculare provoca un appannamento dell'immagine
- Questo si accompagna a **dolore frontale** intenso
- All'inizio, è reversibile

● **URGENZA!**

# I sintomi dell'ipertono oculare

- Il **GLAUCOMA** è una malattia subdola, temibile ed insidiosa, con spiccate caratteristiche ereditarie
- Il suo aspetto più importante è **l'ipertono oculare**, cioè una pressione del bulbo oculare (indipendente da quella arteriosa!) superiore a quella ritenuta 'limite', di circa 20-22 mm Hg(mercurio)
- Si accompagnano limitazioni del campo visivo ed escavazione della papilla ottica(testa del nervo ottico)
- Il **DOLORE** frontale, gravativo, 'a barra' è tipico degli attacchi di glaucoma acuto

# Ammanchi del Campo Visivo



- **A sinistra, il campo visivo dinamico (binoculare) di un adulto normale**
- **A destra, simulazione del difetto (**restringimento del campo visivo**) causato da affezioni del nervo ottico, glaucoma, etc ( stato avanzato)**
- **E' evidente la limitazione funzionale e la potenziale pericolosità di questi ammanchi**

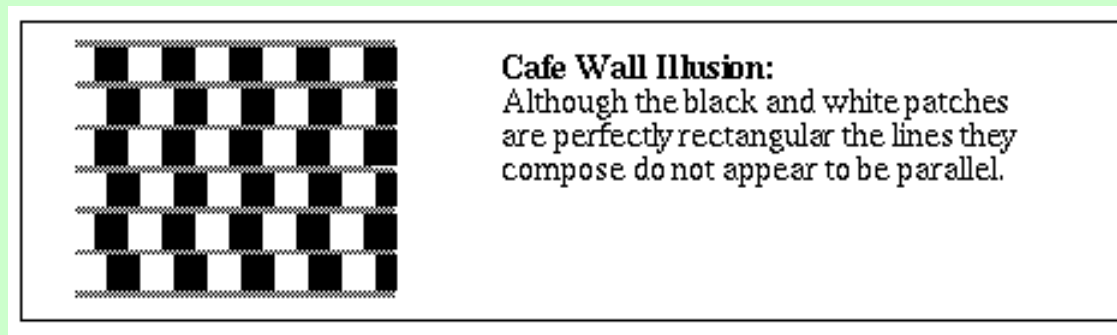
# La Deformazione (Vera)



- A destra, visione normale: a sinistra, **deformazione** dell'immagine (ad es., da maculopatia o corioretinite)
- Tale deformazione, di solito monoculare, può essere **transitoria o permanente**, ed è spesso legata da un'affezione vascolare o degenerativa che compromette l'organizzazione della macula. La deformazione dell'immagine è spesso accompagnata da sfuocatura centrale

# La Deformazione (Illusoria)

- A volte, però, la deformazione dell'immagine è solo **apparente**, come nella classica '*Café-Wall Illusion*':



**Anche se i rettangoli bianchi e neri sono in realtà di dimensioni uguali fra loro, il fatto di essere disallineati fa sì che il nostro cervello li percepisca come diseguali**

# La Diplopia

*(ovvero, quando due immagini NON sono meglio di una sola....)*



- La 'Diplopia' è lo **sdoppiamento** dell'immagine, causato il più delle volte da difetti di sovrapposizione delle immagini retiniche provenienti dai due occhi. E' molto invalidante, specie in attività dinamiche quali la guida
- La comparsa di diplopia richiede **l'immediato ricorso allo specialista**

# Miodesopsie: le 'mosche volanti'



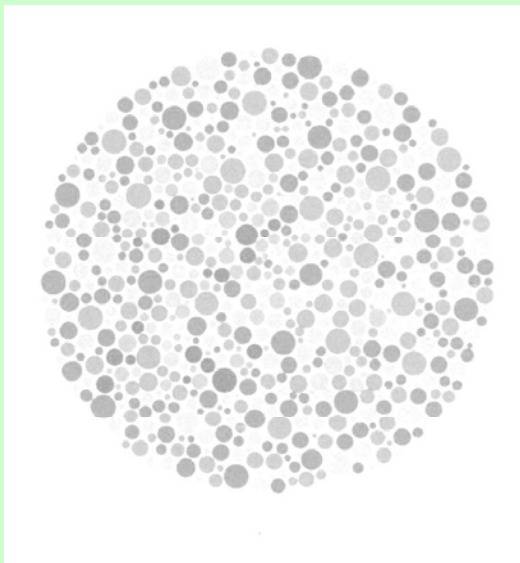
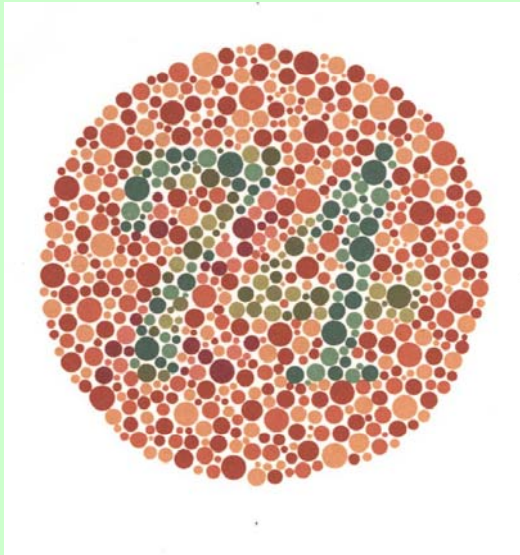
- Le **'mosche volanti'** appaiono come piccoli oggetti neri o traslucidi di varia forma (punti, bastoncini, virgole, ragnatele, etc) che accompagnano i movimenti dell'occhio. Sono generalmente espressione di un'anomalia vitreale di tipo benigno( bere almeno 1,5-2 litri di acqua al giorno)

# Fotopsie: lampi, scintille



- La comparsa di ‘lampi’, ‘scintille’ ed altre **sensazioni LUMINOSE anomale** può essere legata ad una bassa pressione arteriosa, ma potrebbe anche indicare un problema retinico grave. **Obbligatoria quindi la visita oculistica con esame del fondo oculare**

# Le anomalie dei colori



- Le **anomalie del 'senso cromatico'** (capacità di discriminare correttamente tutti i colori) sono generalmente congenite, ma in alcuni casi possono insorgere in età adulta come segno di una patologia del nervo ottico
- Come si può vedere in questo esempio, il numero 74 in questa Tavola di Ishihara viene vista con grande facilità da chi ha normale visione dei colori, mentre il numero diventa **invisibile** per chi non riesce a distinguere il rosso dal verde

# Le 'Tende'



- Questa immagine simula un **distacco di retina**.
- E' un'evenienza abbastanza rara ma molto grave, che deve farvi ricorrere immediatamente al medico oculista
- **IL TEMPO E' PREZIOSO!!**

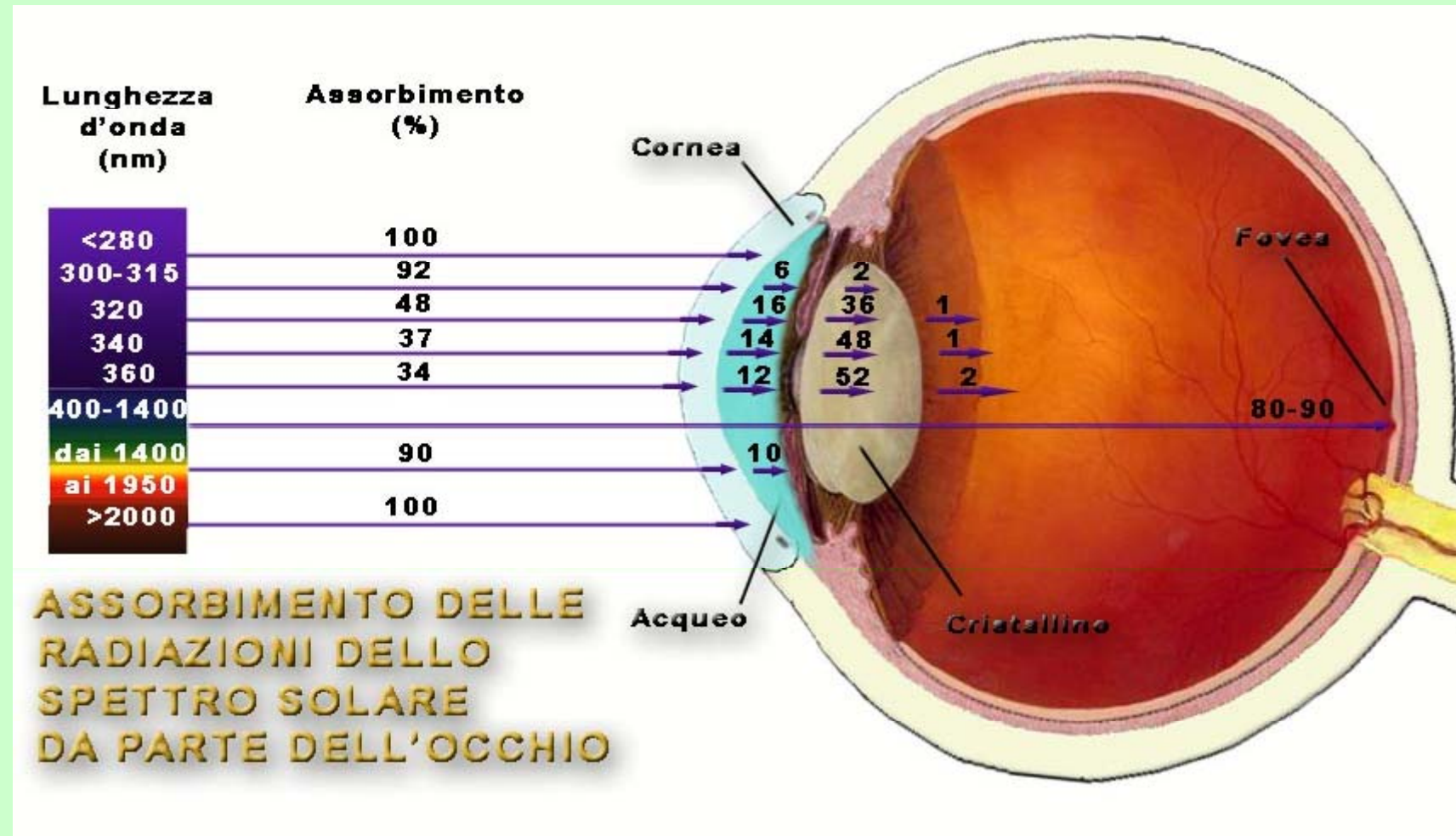
# Niente allarmismi, ma.....

- Il **tempo** è importante!
- Una volta riconosciuta un'anomalia, bisogna recarsi **subito** dal proprio specialista o al Pronto Soccorso Oftalmico se il sintomo appare grave
- Non aspettare dicendo: "Passerà". Potrebbe essere **troppo tardi!**

# Posso proteggere i miei occhi?

- Si !
- Durante l'esecuzione di lavori a rischio è meglio indossare occhiali protettivi
- Non usare colliri trovati in casa ma chiedi prima al medico
- La riduzione dell'ozono ha reso più pericolosi i raggi solari

# La radiazione luminosa ed i raggi UV



Categoria Esposizione	Indice UV	Raccomandazioni
Bassa	0 - 2	Nessuna protezione
Moderata	3 - 5	Richiesta la protezione.
Alta	6 - 7	
Molto Alta	8 - 10	Applicazione di schermi solari. Evitare di esporsi durante le ore centrali
Estrema	11 - ...	

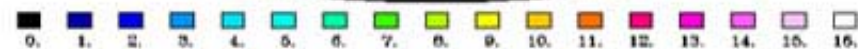
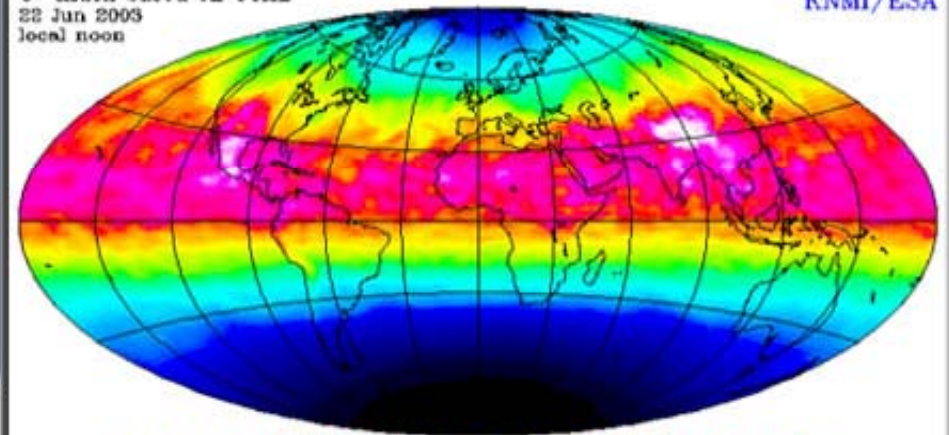


UVI Map Europe il 10.07.06



UV index based on GOME  
22 Jun 2003  
local noon

KNMI/ESA

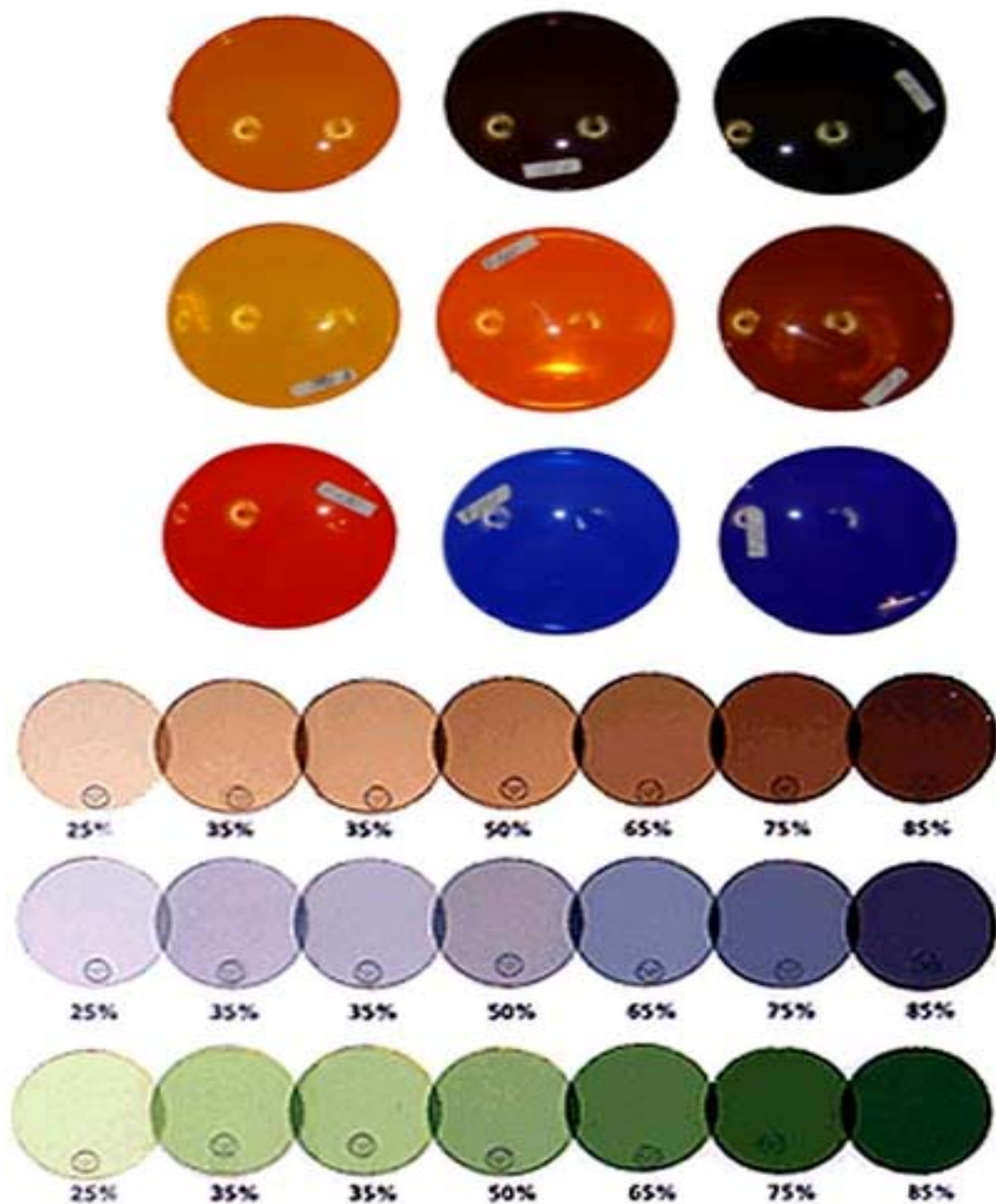


# Un Buon filtro può proteggerti



# Cosa può fare chi soffre di fotofobia e/o malattie degli occhi?

- Esistono filtri solari specifici per occhi particolarmente sensibili alla luce e per coloro che sono affetti da malattie oculari in particolare della retina
- Retinopatie
- Maculopatie
- Cataratta ecc



# Grazie per l'attenzione

Puoi venire in uno dei nostri centri  
per qualsiasi domanda e/o per verificare la  
condizione del tuo sistema visivo,  
specialisti preparati nelle varie discipline  
potranno risolvere ogni tuo dubbio

**TI ASPETTIAMO**