

عینک

بیشتر عینکی ها خاطره اولین تجربه دیدن با عینک را هرگز فراموش نمی کنند.وضوح بسیار بالای تصویر که در عرض چند ثانیه و با گذاشتن عدسی های متفاوت به دست آمده بود. اما این وسیله شیشه ای روی صورت گاهی به شدت دردساز می شد. مهم ترین دردسر عینک شکسته شدن عدسی هایش بود. این مشکل با آمدن عدسی های پلاستیکی تا حد زیادی رفع شد اما باز هم اصلی ترین دلیل تعویض عینک از کار افتاده شدنش است. مزایای استفاده از عینک تمام پزشکان به اتفاق بر این نظر پافشاری می کنند که استفاده از عینک برای رفع عیوب انکساری دید، بهترین، مطمئن ترین و کم خطر ترین شیوه ممکن می باشد. در واقع تنها خطری که افراد عینکی را تهدید می کند، شکستن شیشه عینک و ایجاد جراحت در صورت است. تهدیدی که در بیشتر مواقع می توان از آن جلوگیری کرد.

● معایب استفاده از عینک

قبل از پرداختن به عیب های استفاده از عینک باید خاطر نشان کنم که از نظر متخصص چشم پزشکی تمام ایراداتی که به استفاده از عینک وارد می آید در واقع بهانه تراشی برای موجه کردن عمل های چشم است. و هیچ کدام از این معایب نمی توانند وزنه محاسن استفاده از عینک را سبک تر کنند. **هزینه مستم**ر: عمر مفید یک عینک در بهترین حالت حدود ۲ تا نهایت ۳ سال است. اما بیشتر عینک ها قبل از رسیدن به این عمر با اتفاقاتی از بین می روند. عینک ها ممکن است یا زیر پا جا بمانند و یا با برخورد اجسامی نظیر توپ به کل نابود شوند. به این اتفاقات شیطنت خردسالان کنجکاو و حواس پرتی دارندگان عینک را نیز اضافه کنید. قیمت عینک از دو بخش قیمت عدسی و قیمت فریم تشکیل می شود. ساده ترین عینک ها با عدسی شیشه ای بدون هیچ ویژگی که فریم آن ها عموما از فلز نامرغوب و شکننده ساخته شده است حدود ۸۰ هزار تا ۱۰۰ هزار تومان قیمت دارد. البته این قیمت مربوط به عدسی با شماره های پایین و متوسط است. و هر چه شماره چشم بالاتر رود و یا چشم همزمان یک یا دو عیب بینایی داشته باشد قیمت عدسی نیز بالاتر می رود. اما در بازار عینک های حرفه ای نیز به چشم می خورند که عدسی آن ها دارای قابلیت های منحصر بفرد است که نه تنها دید بهتری به چشم هدیه می کند که آن ها را از انواع انوار مرئی و نامرئی محافظت می کند. جنس این فریم ها بیشتر از تیتانیوم و حتی نقره می باشد و قیمت های باورنکردنی از حدود یک میلیون ۵۰۰ هزار تا حتی ۵ میلیون تومان دارد. **عینک وبال** **همیشگی بینی**: گذاشتن عینک روی صورت به خودی خود محدودیت های زیادی را به همراه دارد. عینک برای بانوان هم دردسر دیگری دارد و آن از جنبه های زیبایی است که باعث می شود خانم ها کمتر به گذاشتن عینک رغبت نشان دهند. از این که بگذریم گاه به دلیل اعمال جراحی صورت اصلا امکان گذاشتن عینک وجود ندارد. همچنین عینک برای کسانی که دارای مشاغل پر تحرک هستند مانند ورزشکاران به خصوص ورزشکاران رزمی اصلا مناسب نیست.

لنز تماسی

همین نواقص باعث شد که افراد به سمت استفاده از لنزهای تماسی سوق پیدا کنند. این لنز ها که در واقع کار همان عدسی های بزرگ عینک را انجام می دهند روی چشم قرار می گیرند.

● مزایای استفاده از لنز

به صورت کلی می توان گفت لنز های تماسی تمام معایب استفاده از عینک را رفع می کند. لنز ها در برابر صدمات خارجی بسیار با دوام تر هستند و دیگر از محدودیت هایی که عینک برای استفاده کنندگانش ایجاد می کرد، خبری نیست. شاید تنها محدودیتی که به فرد تحمیل می کند استفاده از آن در استخر می باشد.

● معایب استفاده از لنزهای تماسی

عفونت و زخم چشم: از آن جایی که لنزها در تماس مستقیم با بافت همیشه مرطوب چشم هستند، رعایت نکات بهداشتی در استفاده از آن ها بسیار مهم است. رعایت نکردن این نکات به شدت می تواند به سلامت چشم آسیب وارد کند. شستن دست ها هنگام گذاشتن یا برداشتن لنز، استفاده شخصی از آن و همچنین آرایش و شستن آرایش به موقع چشم ها در زمانی که لنز دارند، از ابتدای ترین شیوه های رعایت بهداشت است.

خشکی چشم: استفاده بسیار طولانی مدت از لنز باعث می شود که سطحی که با لنز پوشیده می شده است، به اصطلاح خشک شود و عوارضی نظیر سوزش شدید چشم و اشک را به دنبال بیاورد.

قوز قرنیه: استفاده مستمر از لنز مخصوصا لنزهای سخت می تواند منجر به تغییر ساختمان قرنیه شود و نامنظمی هایی در این لایه از چشم به وجود آورد. یکی از شایع ترین این نامنظمی ها قوز قرنیه است که در صورت تشخیص دیر هنگام ممکن است به شکلی دائمی برای قرنیه تبدیل شود.بیشتر پزشکان با توجه به این معایب استفاده از لنزهای تماسی را فقط در زمان های محدود و با رعایت تمام نکات بهداشتی تجویز می کنند. و معتقدند که لنزها نمی توانند به صورت دائمی جایگزین عینک شوند.

عمر کوتاه لنزها: لنزها دارای عمر بسیار کوتاهی هستند. بیشتر آن ها عمری بین ۶ ماه تا یک سال دارند و استفاده از آن ها بعد از این مدت ریسک بالایی برای سلامت چشم دارد. از آن جا که بخش عمده ای از لنز ها جزء اجناس وارداتی است بنابراین قیمت لنز ها در بازار بسیار متغیر است ، البته این قیمت نیز با توجه به برند، درجه سختی لنز و شماره لنز

چه گروه‌هایی از سبد کالا منتفع می شوند؟

اگر در لیست نبودید چه باید بکنید؟

تقریبا در بحبویه ترک تازی های دلار در بازار ایران، خبرهایی از سیاست های حمایتی دولت برای عموم جامعه به ویژه اقشار کم درآمد به گوش می رسید. این خبرها بالاخره در جلسه هیئت دولت مورخه ۲۸ آبان ماه سال جاری از وعده به عمل تغییر وضعیت داد. ۵ مرحله کمک حمایتی برای اقشار کم درآمد مصوب شد.

در این جلسه مقرر شد سازمان برنامه و بودجه به عنوان متولی پرداخت موظف شد برای تمام خانوارهای واجد شرایط گرفتن بسته های حمایتی مبلغی برابر با ۱۵۰ هزار تومان برای خانواده های یک نفره و حداکثر ۳۵۰ هزار تومان برای

خانوار های پنج نفره و بالاتر تخصیص دهد.

براساس این مصوبه گروه هایی چون:

کارکنان رسمی و پیمانی لشکری و کشوری، کارکنان قراردادی و شرکتی دستگاه های اجرایی که حقوق آن ها از محل بودجه کشور تامین می شود، بازنشستگان کشوری و لشکری، بازنشستگان صندوق های مالی، تمام بازنشستگان با حقوق کمتر از ۳ میلیون تومان، خانواده های تحت پوشش کمیته امداد و سازمان بهزیستی، خانواده های تحت حمایت بنیاد شهید و جانبازان، کارگران ساختمانی مشمول بسته های حمایتی دولت می شدند.

فرایند دیدن به این صورت است که ابتدا نور تصویر شی مورد نظر را از قرنیه، سپس عنبیه و مردمک گذر داده و بروی عدسی چشم منعکس می کند. عدسی نور را دریافت و کانون آن را بر روی شبکیه باز می تاباند. تصویر روی شبکیه از طریق سیستم عصبی به مغز مخابره می شود و فرایند تشخیص پایان می پذیرد و این گونه انسان ها با حس بینایی خود با جهان خارج ارتباط برقرار می کنند. اما گاه اتفاق می افتد که کانون نور روی شبکیه تشکیل نمی شود در این صورت عوارضی چون تاری دید، ضعف بینایی و حتی نابینایی را موجب می شود. تا سال ها پیش تنها راه شناخته شده و البته کم خطر برای رفع ایرادات بینایی استفاده از عینک بود. اما امروزه با گسترش علم پزشکی راه هایی برای خلاصی همیشگی از عینک به وجود آمده است. در این نوشتار به بررسی تمام شیوه های رفع عیوب انکساری چشم پرداخته و تمام هزینه هایی که هر کدام از آن ها بر خانواده تحمیل می کنند را بیان می کنیم.

بررسی هزینه‌های همه روش‌های اصلاح دید

عینکی ماندن یا نماندن



اگر خانواده کم در آمدی در بین مشمولان نباشد، چه باید کرد؟

این خانوارها باید درخواست خود را از طریق سازمان بهزیستی و یا کمیته امداد ابلاغ کنند. بعد از بررسی این دو مجموعه ، در خواست خانوار به وزرات تعاون کار و رفاه اجتماعی ارجاع می شود تا در لیست دارندگان شرایط دریافت کمک های دولتی قرار گیرد.

گفتنی است مرحله اول اعطا این بسته ها از تاریخ بیست آبان ماه آغاز شده و همچنان ادامه دارد. گمانه زنی ها بر این امر استوار است که مرحله دوم توزیع بسته های حمایتی ۱۲ بهمن ماه و هم زمان با دهه فجر آغاز خواهد شد.

و سایر ویژگی ها مانند رنگی بودن یا نبودن متغیرتر نیز می شود. قیمت حدودی لنز برای چشم هایی با شماره متوسط و پایین حدود ۱۰۰ هزار تا ۲۰۰ هزار تومان و برای چشم هایی با شماره بالا حدود ۲۵۰ هزار تا ۴۰۰ هزار تومان است.

لنز به جای لنز و عدسی

تاریخ استفاده از لیزر برای اصلاح دید، به اوایل دهه نود میلادی بر می گردد. در آن زمان PRK روش نوینی محسوب می شد که با شکاف قرنیه از روی صورت به اصلاح عدسی می پرداخت. اما مدت زمان نسبتا طولانی بهبود قرنیه و همچنین ناکارآمد بودن این شیوه در مورد شماره چشم های بالا، کم کم این شیوه را منسوخ کرد. لیزیک دومین شیوه برای اصلاح دید بود که با توجه به رضایت حداکثری بیماران بعد از عمل و همچنین کوتاه شدن دوران نقاهت طرفداران زیادی پیدا کرد. در لیزیک سطح قرنیه به ضخامت ۱۶ میکرون برش داده و برداشته می شود. سپس مر حله دوم که همان تاباندن لیزر به عدسی است آغاز می شود. بعد از اصلاح عدسی قسمت جدا شده قرنیه به جای خود بازمی گردد.

● آیا هر چشمی را می توان زیر لیزر برد؟

عمل لیزیک برای عیوب انکساری نزدیک بین - بین ۱- تا -۱۰ دیوپتر و دوربینی با حداکثر +۶ و استیکماتیسزم ۰/۵ تا ۶ دیوپتر کاربرد دارد. اما اینکه آیا هر چشمی با شماره چشمی در این بازه قابلیت تحمل عمل لیزیک را دارد بسته به نظر متخصص و نتیجه آزمایش های قرنیه چشم دارد. اما به صورت کلی فرد برای عمل لیزیک باید دارای شرایط عمومی زیر باشد:

داشتن حداقل سن ۱۸ سال و یا زمانی که تغییرات شماره چشم در یک سال گذشته کم و در حد ۰/۵ دیوپتر باشد. حداکثر سن هم تا زمان آب مروارید آوردن چشم است. عدم وجود قوز قرنیه و نامنظمی های گسترده قرنیه (کواتوکونوس)، خشکی شدید چشم و بیماری هایی نظیر تیخال چشمی ، دیابت پیشرفته و روماتیسم از جمله شرایط اصلی تجویز عمل لیزیک است.

● مزایای عمل لیزیک

اصلی ترین عاملی که افراد را برای رفتن زیر لیزر ترغیب می کند خداحافظی همیشگی با عینک است. اما آیا این امر ممکن است؟
آمارها نشان می دهد که حدود ۹۵% از بیماران با شماره چشم های پایین و متوسط و ۸۵% از بیماران با شماره چشم های بالا از نتیجه عمل راضی هستند. البته پزشکان در شماره چشم های بالا شاید نتوانند تا بهبودی کامل عدسی و قرنیه را اصلاح کنند و بیماران بعد از عمل نیز مجبور به گذاشتن عینک اما با شماره ای بسیار کمتر از قبل شوند. باید گفت چنانچه این عمل در سنین جوانی صورت گیرد امکان این که شماره چشم دوباره بالا رود نیز وجود دارد. معایب عمل لیزیک مهمترین عیب لیزیک به عوارض نادر و احتمالی بعد از عمل آن برمی گردد. درمان بیش از حد یکی از این عوارض است که در آن چشم بیشتر از آن که باید تحت لیزر قرار می گیرد و ممکن است چشمی که نزدیک بینی داشته دور بینی پیدا کند و بالعکس. زخم قرنیه، نامنظمی و کدورت پیشرونده قرنیه و حتی جابجایی قسمت برش خورده قرنیه (flap) نیز ممکن است بعد از عمل گریبان گیر بیماران شود.

آزمایش های قرنیه

نامنظمی قرنیه و قوز قرنیه جزء عوارض قابل پیشگیری است. براین اساس از چشم از بیمار قبل از عمل آزمایش های متفاوتی گرفته می شود تا میزان سلامت قرنیه سنجیده شود. معاینه اسلیت لامپ، اندازه گیری فشار چشم و بررسی حرکات چشم در داخل کره و همچنین عکسبرداری رنگی از قرنیه به نام توپوگرافی و ... از جمله ای آزمایش هاست که هر کدام مبالغی از جیب بیمار کم می کنند. به صورت کلی می توان گفت آزمایش های قبل از عمل بسته به اینکه در چه مراکز آزمایشگاهی انجام شود دارای قیمت های متفاوت است و از هزینه ای در حدود ۵۰۰ هزار تومان تا یک میلیون و ۲۰۰ هزار تومان دارد.

عمل لیزری جدید به نام لازک

به دلیل عوارض نادر اما خطرناک و غیر قابل جبران لیزیک، عمل لازک مرسوم شد. در لازک ضخامت کمتری از قرنیه یعنی چیزی حدود ۹ میکرون برش داده می شود. این به معنای آسیب کمتر به قرنیه و کاهش عوارض ناخواسته بعد از عمل و همچنین کاهش زمان نقاهت می باشد.

هزینه عمل های جراحی چشم

اعمال جراحی از این دست جزء عمل های زیبایی دسته بندی می شود. بنابراین تحت پوشش بیمه ای قرار نمی گیرد. اما بعضی از بیمه های مکمل مانند بیمه دانا، بیمه آتیه سازان، بیمه کمک رسان و بیمه ایران هزینه عمل لیزیک را تقبل می کنند. بیمه هایی چون بیمه خدمات درمانی، بیمه، بیمه تامین اجتماعی و نیروهای مسلح نیز تنها افرادی را تحت پوشش قرار می دهند که شماره چشم آن ها بالای ۴ دیوپتر باشد. این در حالی است که بیمه البرز افراد با شماره ۳ دیوپتر را تحت حمایت قرار می دهد. فارغ از بحث های بیمه ای که این که عمل های چشم در کلینیک های خصوصی و زیر نظر پزشکان به نام انجام شود یا در بیمارستان و یا درمانگاه های دولتی چشم پزشکی، دارای هزینه تمام شده متفاوتی است. عمل لیزیک در درمانگاه های دولتی چیزی حدود یک میلیون و ۷۰۰ هزار تومان در می آید. اما همین عمل در کلینیک خصوصی و زیر متخصصان به نام و انگشت شمار مشهد تا ۴ میلیون تومان هم برای چشماتنان آب می خورد. البته باید گفت که این مبالغ منهای هزینه آزمایش های قبل از عمل و همچنین ویزیت های بعد از عمل است.