

طول النظر الشيخوخي

والعدسات اللاصقة



ACUVUE®



EYE HEALTH
ADVISOR®

ما سبب أهمية

الرؤية؟

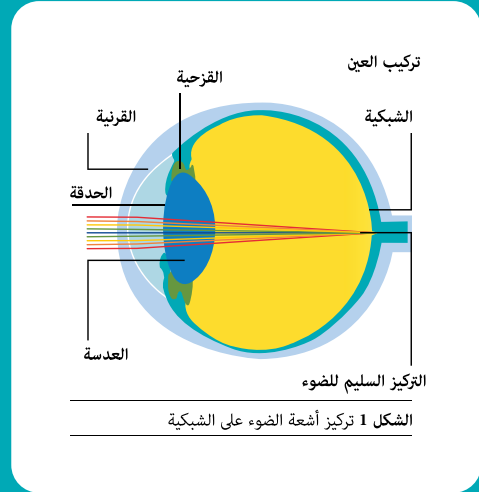
تُعد الرؤية أمرًا أساسيًا لإدراك العالم؛ حيث إن أغلب المعلومات التي نتلقاها تكون من خلال الرؤية.

لا تقدم الرؤية ببساطة عن طريق أعيننا. يتم تركيز أشعة الضوء على قرنية العين، ويعالج المخ هذه المعلومات إلى الصور التي نتلقاها. للحصول على أوضح الصور، يلزم تركيز الضوء؛ حتى يسقط بدقة داخل شبكية العين (الشكل 1).

إذا لم يتم تركيز الأشعة لسبب ما أو تم تركيزها خلف الشبكية أو أمامها، فستتأثر الرؤية. أكثر مشكلات العين الشائعة هي:

- قصر النظر : الرؤية الضبابية أو المشوشة للأجسام البعيدة
 - طول النظر : ضعف رؤية الأجسام القريبة
 - طول النظر الشيخوخي (مرتبط بالسن): ضعف الرؤية التي تسبب صعوبة في التركيز على الأجسام القريبة منك
 - الإستجماتيزم: تشويش الرؤية أو عدم انتظامها من جميع المسافات
- يتعين على الأشخاص الذين يعانون من مشكلات انكسارية في العين ارتداء وسيلة مساعدة بصرية لتركيز الأشعة على نقطة واحدة على الشبكية.

الحل: يمكن ارتداء النظارات أو العدسات اللاصقة.



ما المقصود بطول النظر الشيخوخي؟

طول النظر الشيخوخي ليس مرضًا! طول النظر الشيخوخي هو حالة طبيعية تحدث في الرؤية متعلقة بالسن.

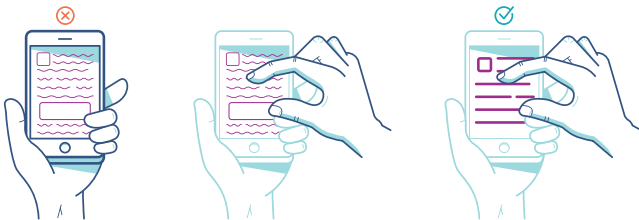
تؤثر هذه الحالة على قدرة أعيننا على التركيز في المهام القريبة من محيطنا، سواءً أكانت قراءة رسالة نصية على هاتفك أو مجلة أو مكونات المنتجات أثناء التسوق. إنها عملية تدريجية تبدأ في سن الأربعينيات أو الخمسينيات. قد تواجه صعوبة أكبر في التركيز على الأجسام القريبة ولا سيما في الإضاءة الخافتة.

حتى في حالة استخدام وسيلة لتصحيح الرؤية، فقد تلاحظ أن الرؤية القريبة تبدأ في التشوش؛ وربما لجأت إلى زيادة حجم الخط على هاتفك أو الكمبيوتر الشخصي، أو قمت بمد ذراعك للأمام لقراءة قائمة طعام أو صحيفة بشكل ملائم، أو تستخدم إضاءة هاتفك للمساعدة في قراءة قائمة العشاء.

يحدث هذا لأن العدسة داخل العين تفقد بعض المرونة بشكل تدريجي، وهو ما يسمى بطول النظر الشيخوخي.

لا داعي للقلق؛ فلست وحدك؛ يحدث طول النظر الشيخوخي مع الوقت للجميع، سواء ارتدوا نظارات من قبل أو لا.

ومن المهم الإشارة إلى أن عدم تصحيح طول النظر الشيخوخي يؤدي إلى حدوث تشويش في الرؤية عن قرب، ويمكن أن يسبب الصداع وإجهاد العين عند أداء الأعمال القريبة التي تحتاج إلى تركيز بصري. على الرغم من أنه لا يمكن الوقاية من طول النظر الشيخوخي، فإنه يمكنك إدارته باستخدام النظارات أو العدسات اللاصقة.



كيف يرى الأشخاص الذين لديهم طول النظر الشيخوخي؟

مع طول النظر الشيخوخي، يمكننا أن نواجه صعوبة في التركيز على الأجسام أمامنا أو في الإضاءة الخافتة.

عند تصحيح طول النظر الشيخوخي بشكل صحيح، يمكنك التركيز على الاستمتاع بالأشياء من حولك.



ما الذي يسبب طول النظر الشيخوخي؟

داخل العين، توجد عدسة مرنة وتحتاج إلى تغيير حجمها للحفاظ على مستوى واضح للصور عندما نقوم بتغيير تركيزنا من مسافة بعيدة إلى مسافة قريبة والعكس. في العين، نطلق على هذه العملية المواءمة، وتحدث بصورة طبيعية.

تتكون عدسة العين من العديد من المكونات التي تتضمن البروتين والمياه، وتواصل النمو على مدار الحياة؛ حيث تبني طبقة فوق الأخرى، كما هي الحال مع البصلة تقريبًا. في المراحل المبكرة من الحياة، تتميز العين بالليونة والمرونة، ومع ذلك مع زيادة الطبقات، يوجد ضغط على الطبقات الداخلية التي تحتاج إلى المزيد من المرونة. بالإضافة إلى ذلك، يصح حجم العدسة أكبر ولا توجد مساحة لتغيير شكلها. تؤدي هذه التغييرات إلى فقد في المواءمة وحدوث تغيير في القدرة على ضبط التركيز من المسافات البعيدة إلى القريبة والعكس. وفي هذه المرحلة، نفقد مستوى الرؤية بشكل جيد من المسافات القريبة كما في السابق.

تحدث هذه العملية بشكل تدريجي، ونادرًا ما نلاحظ الوقت الذي يتعذر فيه علينا التركيز على شيء أمام أنفنا مباشرةً. فميل إلى ملاحظة هذه المشكلة عندما يتعذر علينا التركيز بوضوح في مسافة القراءة "الطبيعية" لدينا.

كيف أكتشف أنني أعاني من طول النظر الشيخوخي؟

ستتأثر رؤيتك للأشياء القريبة مع الوقت. لهذا السبب يُصح بإجراء فحوصات العين الدورية. يمكن لأي أخصائي عيون تشخيص حالة طول النظر الشيخوخي لديك، ووصف نظارات أو عدسات لاصقة معينة ووفقًا لاحتياجاتك الفردية.



ما الخيارات المتوافرة لي

لتصحيح النظر؟



تتوافر العديد من الخيارات لتصحيح نظرك. يستند أفضل خيار لك إلى احتياجات تصحيح النظر الفردية ونمط الحياة؛ لذا، من المهم التحدث إلى أخصائي العناية بالعيون بشأن الخيارات المتوافرة لحالتك.

أكثر طريقتين شائعتين لتصحيح طول النظر الشيخوخي هما النظارات الطبية والعدسات اللاصقة المتعددة البؤر. وبخلاف نظارات القراءة، يتم وصف النظارات الطبية والعدسات اللاصقة المتعددة البؤر بواسطة أخصائي العناية بالعيون ليوفر لعينيك القدر الملائم من التصحيح لتتمكن من الرؤية من مسافات قريبة وبعيدة.

لإدارة طول النظر الشيخوخي، قد يوصي أخصائي العناية بالعيون بنظارات طبية ثنائية البؤر. إن العدسات الثنائية البؤر هي عدسات تضم قياسين، يكون الجزء السفلي من العدسة لتصحيح الرؤية من مسافة قريبة أما الجزء العلوي فيكون لتصحيح الرؤية من مسافات بعيدة.

كما قد يوصي أخصائي العناية بالعيون بنظارات ذات عدسات متغيرة البؤر أو تدريجية يمكن تصميمها بمجموعة متدرجة من القياسات المتنوعة لمساعدتك على الرؤية من مسافات بعيدة ومتوسط وقريبة بكل راحة.

إذا كنت ترتدي العدسات اللاصقة أو مهتمًا باستخدامها، فستتعين عليك استشارة أخصائي العناية بالعيون بشأن العدسات اللاصقة متعددة البؤر. في الماضي، كانت الإصابة بالإستجماتيزم تعني الحاجة إلى ارتداء نظارات أو نظارات طبية موصوفة فوق العدسات اللاصقة. قد تركز العدسات اللاصقة على المسافة، بينما تستخدم النظارات الإضافية للرؤية عن قرب. ومع الأسف، يتوقف العديد من الأشخاص عن ارتداء العدسات اللاصقة بسبب إصابتهم بطول النظر الشيخوخي.

لحسن الحظ، لم تعد هذه الحالة تحدث مع العدسات اللاصقة متعددة البؤر؛ حيث يمكن للعديد من مستخدمي العدسات اللاصقة مواصلة الاستمتاع بنفس مزايا العدسات اللاصقة التي كانوا يستمتعون بها على الدوام. وهي متشابهة مع العدسات المتدرجة، يتم تصميم العدسات اللاصقة المتعددة البؤر لمساعدتك على رؤية الأشياء القريبة والبعيدة وما بينها بكل راحة.



ما هي مزايا العدسات اللاصقة؟

تحتوي مزايا العدسات اللاصقة بتقدير بالغ من الملايين من مستخدميها حول العالم:

- مقارنةً بالنظارات، لا تتيح لك العدسات اللاصقة إمكانية الرؤية الواضحة والثابتة فحسب، ولكن أيضًا رؤية محيطية أفضل، وهي تمثل أهمية قصوى، على سبيل المثال، عند قيادة السيارة
- العدسات اللاصقة لا تُقيد حرية الحركة؛ حيث لا تتعرض للتشوش بسبب الضباب أو تنزلق وتسقط أرضًا؛ فهي خيار رائع للعمل وأوقات الفراغ، ولا سيما المشاركة في الرياضات والأنشطة الخارجية في الأماكن المفتوحة
- لا تغطي العدسات اللاصقة الجمال الطبيعي لعينيك

لا تتشابه جميع العدسات اللاصقة المتعددة البؤر في التصميم

أسأل أخصائي العناية بالعيون عن عدسات أكيوڤيو متعددة البؤر بورتوليو اللاصقة العدسات اللاصقة الوحيدة متعددة البؤر المزودة بتقنية تصميم مُحسّن للحدقة، وهي نظام تصميم بصري فريد مستوحى من التغيرات الطبيعية للعين المتقدمة في السن.¹ إن تقنية تصميم مُحسّن للحدقة عبارة عن نموذج فريد من العدسات اللاصقة المملوك لشركة أكيوڤيو تم تطويرها لتساعدك في التغلب على هذه الحالة الطبيعية.

تم تحسين التصميم البصري لكل واحدة من هذه العدسات لتعكس التغيرات الطبيعية لحجم حدقة العين التي تحدث مع التقدم في العمر وعبر نطاق الانكسار (من طول النظر إلى قصر النظر).¹

تساعدك عدسات أكيوڤيو متعددة البؤر بورتوليو اللاصقة على تجربة رؤية واضحة بجميع المسافات: القريب، والمتوسط، والبعيد، حتى تتمكن من الاستمرار في ارتداء العدسات اللاصقة للقيام بالأشياء التي تحبها.¹

ما الذي يتعين عليّ مراعاته عند اختيار العدسات اللاصقة؟

- استشر أخصائي العناية بالعيون بشأن العدسات اللاصقة
- تذكر أنه كلما زادت مرات تغيير العدسات اللاصقة بزوج جديد، تزداد نسبة استمتاعك بمستويات مرتفعة من الراحة والصحة. إلى جانب ذلك، توفر العدسات اللاصقة للاستخدام مرة واحدة التجربة المثلى فيما يتعلق بالملاءمة والراحة.
- اختر العدسات اللاصقة التي تلبّي احتياجات الرؤية الفردية لديك
- اختر فقط العدسات اللاصقة ذات العلامات التجارية العالية الجودة التي يوصي بها أخصائي العناية بالعيون
- لا تنس السؤال عن العدسات اللاصقة التي تساعد في حجب الأشعة فوق البنفسجية*



مشاركة المعرفة

إذا تعلمت أي شيء من قراءة هذا المنشور،
فهناك فرصة أنه قد يفيد أحد أفراد العائلة
أو صديقًا أيضًا؛ لذا يُرجى نشر المعلومة
للأشخاص الذين يهتمك أمرهم؛ فالأمر
يستحق ذلك!

ACUVUE®

المراجع:

1. 2022. JIV Data on file 2022.1 -CSM. أكوفيو مع تقنية تصميم مُحسَّن للحدقة : عدسات جونسون أند جونسون فيجن كير اللاصقة، وميزات التصميم، والفوائد المرتبطة بها

* تتميز جميع العدسات اللاصقة من أكوفيو بوجود عامل حاجب للأشعة فوق البنفسجية للعمل على توفير الحماية من نفاذ الأشعة فوق البنفسجية الضارة إلى القرنية وداخل العين. العدسات اللاصقة المماثلة للأشعة فوق البنفسجية لا تُغني عن استخدام النظارات الشمسية الواقية المماثلة للأشعة فوق البنفسجية مثل النظارات الشمسية أو النظارات الواقية المماثلة للأشعة فوق البنفسجية؛ لأنها لا تغطي العين ولا المنطقة المحيطة بها بالكامل. عليك الاستمرار في استخدام النظارات المماثلة للأشعة فوق البنفسجية وفقاً لتعليمات أخصائي العيون.

يمكن استخدام العدسات اللاصقة أكوفيو لتصحح الرؤية، حيث سيُقر أخصائي رعاية العيون إن كانت العدسات اللاصقة هي الخيار المناسب لك أم لا. يمكن أن تظهر مشاكل خطيرة في العين أثناء استخدام العدسات اللاصقة، على الرغم من ندرة حدوث ذلك، وللمساعدة في تجنب تلك المشكلات، اتبع الجدول الزمني الخاص بأوقات الاستخدام والتبديل، والتعليمات بشأن العناية بالعدسات اللاصقة. لا ترتد العدسات اللاصقة إذا كنت تعاني من عدوى في العين أو تواجه أي مشكلة أخرى في العين أو إذا كانت لديك حساسية من أي مكون. لمزيد من المعلومات، بما في ذلك التحذيرات والإجراءات الوقائية، يُرجى الاطلاع على تعليمات الاستخدام المتاحة على موقع أكوفيو الإلكتروني: www.acuvue.com/ar-me/terms-of-use/ إذا كنت تعاني من إزعاج العين أو في حالة حدوث أي حالة مرضية، فعليك بإزالة العدسات اللاصقة والاتصال بأخصائي العيون على الفور.

أكوفيو، أكوفيو أوبسيس مع هيدراكلير بلس، أكوفيو أوبسيس للاستجماتيزم، أكوفيو أوبسيس اليومية مع هيدراوكس، أكوفيو أوبسيس اليومية للاستجماتيزم، أكوفيو موبست اليومية، أكوفيو موبست اليومية متعددة البؤر، أكوفيو أوبسيس ماكس اليومية، أكوفيو أوبسيس ماكس اليومية متعددة البؤر هي علامة تجارية مسجلة لشركة © جونسون أند جونسون الشرق الأوسط ذ.م.م. 2025

لمزيد من المعلومات حول طريقة الوضع المناسبة والعناية والسلامة، تحدث إلى أخصائي العناية بالعيون وقرأ تعليمات الاستخدام المتوفرة على موقع أكوفيو على شبكة الإنترنت www.acuvue.com/ar-me

ACUVUE®

تتوفر العدسات اللاصقة أكيوفيو احتياجات
لاحتياجات تصحيح الرؤية لمن يعانون من
قصر النظر أو طول النظر أو الإستجماتيزم أو
طول النظر الشيخوخي (متعدد البؤر)

اكتشف المزيد على

www.acuvue.com/ar-me

