

## Ocuvite® – tagab hea nägemise kogu eluks

### **Kollatähni kärbumine (ehk AMD) – salakaval pimedaks jäämist põhjustav silmahaigus.**

Mis muutused toimuvad meie silmas seoses kollatähni kärbumisega?

Kollatähni kärbumine ehk maakula degeneratsioon on silma võrkkesta haigus, mis esineb eelkõige vanemate inimeste seas. Ainuüksi Eestis puudutab see raskesti märgatav, aeglaselt progresseeruv ja osadel juhtudel pärilik silmahaigus ligi 115 000 elanikku.

Maakula degeneratsiooni käigus saab jääkainete ladestuste ehk druuside või siis uudisveresoonte tekke tõttu kahjustatud maakul, mis on tikupeasuurune ümar ala silmapõhjas.



Kuid just maakul ehk kollatähni on kõige olulisem nägemisteravuse ja värvide tuvastamise punkt silmas, mis tagab meile tsentraalse (detailse) nägemise.

Haiguse arenedes on paratamatu, et ilmnevad kollatähni kärbumise kõige tavalisemad sümptomid nagu udune nägemine nii lähedale kui kaugemale, näiteks on häiritud tänavasiltide lugemine. Inimene ei saa ajalehte lugeda, kuna osa tähti näib tekstist puuduvat. Objektide kuju ja kontuur on moonduvad ning tuhm, nt. akna- ja ukseraamid paistavad kõveratena. Või segab objekti vaadates tume laik nägemisvälja keskosa.

Enim on haigus levinud üle 60-aastaste seas. 35% -l üle 75-aastastest on diagnoositud AMD. Üldiselt pole kollatähni kärbumise põhjustajad teada, kuid arvatakse et pärilikkus on üks neid faktoreid. Suitsetajad, ülekaalulised ja inimesed, kes viibivad ilma prillideta ereda päikese käes, on AMD tekke riskigrupis. Ka selliste silmadele oluliste vitamiinide nagu karotenoidide puudus organismis, võib olla AMD tekke põhjuseks. Ja just siinkohal on vajalikud uuringud.

### **Ocuvite Lutein forte säilitab hea nägemise**

Teaduslike uuringute käigus on selgunud, et selliste karotenoidide nagu luteiin ja zeaksantiin kõrge kontsentratsioon kollatähnis kaitseb meie silmi maakula degeneratsiooni eest. Ega siis karotenoidide ilmaasjata nimetata silmavitamiinideks või looduslikeks päikesepillideks. Kuid keha ei suuda karotenoidide ise toota, neid ühendeid saadakse ainult toidust või toidulianditest. Luteiin ja zeaksantiin kombineerituna antioksidantsete vitamiinidega C ja E ning mineraalainetega tsink ja seleen aitavad säilitada head nägemist ja ennetada AMD-d. Heaks luteiini ja zeaksantiini allikaks on rohelised ja kollased köögiviljad (spinat, brokkoli, paprika). Kuid kahjuks ei jõua keegi meist igapäevaselt süüa sellises koguses puu- ja köögivilju, et organism saaks kätte kollatähni kärbumise ennetamiseks vajaliku koguse luteiini ning zeaksantiini. Seetõttu on Bausch&Lomb välja töötanud spetsiaalse toidulisandi Ocuvite Lutein forte, millel on teaduslike uuringute käigus tõestatud maakuli pigmentide hulka ja selle kvaliteeti parandav toime nii AMD patsientidel kui tervetel inimestel.

Tänaseks ei ole teadlased leidnud tõhusamat ravi kuiva AMD vormi ennetamiseks ja pidurdamiseks kui Ocuvite Lutein forte, mis on karotenoidide ja antioksidantide sisaldav toidulisand. Just Ocuvite Lutein forte puhul on kliinilised uuringud tõestanud, et selle tableti abil paraneb silmade varustamine mikrotoitainetega ning seetõttu soovitavad seda toodet ka Eesti silmaarstid.

## Maakula degeneratsiooni kaks vormi

Maakula degeneratsioonil ehk kollatähni kärbumisel on kaks vormi:

- Kuiv vorm on raskesti märgatav algstaadiumis. Selle vormi kõige tavalisemaks sümptomiks on udune nägemine nii lähedale kui kaugele. 90%-l AMD patsientidest on kuiv vorm, mis võib muutuda...
- Märjaks vormiks. Märja vormi korral kasvavad mittetäisväärtuslikud veresooned võrkkesta alla ja seetõttu vaadeldavad objektid moonduvad või nägemisvälja keskosa muutub halliks või mustaks ning see ala võib suureneda. Antud vormi puhul kaotab inimene kiiresti tsentraalse nägemisvõime.