

علم النفس الفسيولوجي
الصف الثاني- الفصل الدراسي الأول
قسم رياض الأطفال
(الدراسة الصباحية)- (2019- 2020)م

مدرسة المادة: م.د. إيمان يونس إبراهيم العبادي

قصر النظر
(الأعراض- الأسباب- العلاج)



قصر النظر:

يُمكن تعريف قُصر النَّظر على أنه أحد اضطرابات العين، والتي تتمثل بامتلاك الشخص القدرة على رؤية الأشياء القريبة منه بوضوح، بينما يتعدَّر رؤية الأشياء البعيدة؛ بحيث تبدو ضبابية أو غائمة، وفي الحقيقة تُعتبر الإصابة بهذه الحالة شائعة؛ فبحسب إحصائيات الولايات المتحدة يُعاني ما نسبته 30% من الأمريكيين من هذه الحالة، ومما ينبغي التنبيه إليه أن هذه المشكلة قابلة للعلاج.

يعدّ قصر النظر تغييراً طبيعياً في شكل مقلة العين، وهو سبب شائع لعدم وضوح الرؤية، إذ من الممكن أن يكون سببه تغييراً في القرنية أو العدسة التي تسبب دخول أشعة الشمس إلى العين، أو تركيز الضوء مباشرة على شبكة العين، فالإنسان الذي يعاني من قصر النظر يرى الأشياء البعيدة بضبابية مع عدم قدرته على التركيز بها، ويمكن أن يكون قصر النظر معتدلاً، أو متوسطاً، أو شديداً.

ويشار إلى السبب الوراثي لحدوث قصر النظر، حيث يرجع السبب إلى أنّ محور مقلة العين زائد الطول بشكل غير طبيعيّ عند قياسها من الأمام إلى الخلف، بسبب وجود مسافة أطول بين القرنية وشبكية العين، وقد تميل الصور إلى التركيز أمام الشبكية بدلاً من التركيز على شبكية العين نفسها، وهناك حالات أخرى يكون قصر النظر نتيجة لعدم تطابق بين طول مقلة العين وقدره عدسة العين على تجميع الصورة في الموقع الصحيح، ممّا يؤدي إلى تجمّع الصورة أمام الشبكية وبالتالي حدوث قصر النظر.

أسباب قصر النظر:

تُعزى الإصابة بقُصر النَّظر إلى بعض الاختلافات في طبيعة أجزاء العين؛ خاصّة في الحالات التي تكون فيها مُقلة العين أطول بقليل من المعتاد، أو عندما تكون القرنية أشدّ انحداراً من المعدل الطبيعي، إذ تتسبّب هذه الحالات في تركّز الضوء في مقدمة الشبكية بدلاً من تركّزه على السطح بشكلٍ مباشر، ومما ينبغي التنبيه إليه أنّ الإصابة بقُصر النَّظر تكون وراثية في معظم الحالات، وفي سياق هذا الحديث نُشير إلى أنّ بعض الممارسات قد تتسبّب في المُعانة من هذه الحالة في المراحل

المُبَكَّرَة من البلوغ؛ ومنها القراءة من مسافة قريبة لفترات طويلة من الوقت أو ممارسة ألعاب الفيديو لساعات عديدة.

مضاعفات قصر النظر:

قد تؤدي الإصابة بقُصر النَّظَر إلى المُعاناة من عدّة مُضاعفات تتراوح في شدّتها بين الخفيفة والخطيرة، نذكر من هذه المُضاعفات ما يأتي:

- تدنّي جودة الحياة: قد يؤثر قُصر النَّظَر غير المُعالج في جودة حياة المريض؛ إذ تحول هذه الحالة دون قدرة الشخص على أداء مهامّه على النَّحو المرغوب، ويُمكن القول بأنّ ضعف الرؤية من شأنه أن يتسبّب في فقدان المريض المتعة أثناء ممارسة أنشطته اليومية.

- الإجهاد العيني: قد يسبب قُصر النَّظَر غير المُعالج توتّر العين أو إجهادها في محاولةٍ منها للحفاظ على التركيز، مما يؤدي إلى الإصابة بإجهاد العين أو المُعاناة من الصّداع.

- تعرّض الشخص للخطر: قد يؤدي عدم علاج هذه الحالة إلى تعريض السلامة الشخصية وسلامة الآخرين للخطر، وخاصّة عند قيادة المركبات أو استخدام المعدات الثقيلة.

- تحمّل المزيد من التكاليف المالية: نظراً لارتفاع تكلفة العدسات والعلاجات الطبية، وفحوصات العين، كما قد تؤثر الإصابة بضعف الرؤية وفقدانها في قدرة الشخص على إعالة نفسه وتحقيق دخله.

- مشاكل العين الأخرى: مثل: انفصال الشبكية، أو الزَّرَق المعروف أيضاً بمصطلح المياه الزرقاء، وغيرها، ممّا ينبغي التنبيه إليه إمكانية زيادة تمدّد ورقة الأنسجة الموجودة في مُقلة العين الطويلة؛ ممّا قد يتسبّب في زيادة تشكّل الدموع، والالتهابات، وتشكّل أوعية دموية جديدة ولكنها ضعيفة وتزف بسهولة، إضافة إلى احتمالية تكوّن الندب.

علاج قصر النظر:

هناك العديد من الطرق العلاجية المتاحة، والتي قد يتم اللجوء إليها بهدف تصحيح مشكلة قصر النظر، وفيما يأتي بيان لأبرزها:

النظارات أو العدسات اللاصقة:

يُلجأ إلى استخدام النظارات أو العدسات اللاصقة المُخصَّصة لعلاج قصر النظر بهدف التغلب على هذه المشكلة، وتجدر الإشارة إلى أن فترة ارتداء النظارات أو العدسات اللاصقة تعتمد على درجة قصر النظر؛ فقد يتطلب الأمر ارتدائها طوال الوقت، أو قد ينحصر ارتداؤها عند أداء بعض المهام التي تستلزم رؤية الأشياء البعيدة؛ كالقيادة، أو رؤية السبورة، أو مشاهدة فيلم، وفيما يتعلّق بالنظارات المُستخدمة بهدف علاج قصر النظر فيُفضل أن تكون عدساتها من النوع مرتفع المؤشر، إذ تتميز هذه العدسات بكونها أخف وزناً، وأرق، وذات طلاء مُضاد للانعكاس، كما يُفضل أن تكون مُزوَّدة بعدسات متلونة بالضوء؛ نظراً لقدرة هذه العدسات على حماية العيون من الأشعة فوق البنفسجية والضوء الأزرق مُرتفع الطّاقة، إضافة إلى الحدّ من الحاجة إلى استخدام زوج منفصل من النظارات الشمسية خارج المنزل، والتي تستلزم وصفاً طبيّة.

الجراحة:

يُعتبر الخضوع لجراحة تصحيح البصر أحد الحلول التي قد يتمّ اتّباعها لعلاج مشكلة قصر النظر، ويُذكر بأنّ جراحة تصحيح البصر من شأنها تقليل أو إلغاء الحاجة إلى ارتداء النظارات أو العدسات، وفي سياق هذا الحديث نُشير إلى أنّ ليزر إكسيمر هو أكثر أنواع الليزر المُستخدمة شيوعاً عند إجراء هذا النوع من الجراحة، وفيما يأتي بيان لبعض أشكال جراحة تصحيح البصر:

- استئصال القرنيّة الكاسرة للضوء: إذ يعتمد هذا الإجراء في مبدأه على استخدام الليزر بهدف إزالة طبقة من نسيج القرنية، مما يسمح بجعل القرنية مُسطّحة، ويُتيح للأشعة الضوئية التركّز بشكلٍ أكثر دقة على شبكية العين.

- تصحيح تحدّب القرنية في موضعها بمساعدة الليزر: يُمثل أكثر إجراءات تصحيح البصر شيوعاً، وتتمثل هذه التقنية بإزالة بعض نسيج القرنية باستخدام الليزر، وإعادة الغطاء الرقيق المتشكّل على سطح القرنية إلى موضعه الأصليّ.

وتجدر الإشارة إلى وجود أنواع أخرى من الجراحة التي قد يُلجأ إليها في العديد من الحالات؛ منها زراعة عدسة بالعين مع الاحتفاظ بالعدسة الطبيعية، وتُجرى هذه الجراحة بشكلٍ خاصّ لدى الأشخاص الذين يُعانون من قُصر النّظر بدرجةٍ كبيرة أو أولئك الذين يمتلكون قرنيةً تتصف بأنّها أرق من الطبيعيّ.

إعادة تشكيل قرنية العين:

يُعتبر الإجراء المعروف بمصطلح إعادة تشكيل قرنية العين أو سوائية التقرن إجراءً غير جراحياً؛ ويتمثل بارتداء عدسات لاصقة خاصّة تمتاز بكونها صلبة ومنفذة للغاز، إذ يتمّ ارتداء هذا النوع من العدسات ليلاً، إذ تسمح بإعادة تشكيل قرنية العين أثناء نوم الشخص، ومع إزالة العدسات صباحاً فإنّ ذلك يُتيح للقرنية الاحتفاظ بشكلها الجديد مؤقتاً، بما يُمكن المريض من رؤية الأشياء بوضوح خلال اليوم دون الحاجة إلى ارتداء النظارات أو العدسات اللاصقة.

