

SALUTE. GLI INCONTRI CON ESPERTI DELL'OSPEDALE

«Così possiamo difendere i nostri occhi dalle malattie»

Maria Pettinato

“La salvaguardia dell'occhio. Prevenzione e trattamento delle patologie visive”, questo il titolo dell'ultimo, partecipatissimo, “Incontro della Salute”, prima della pausa estiva, come sempre organizzato nel centro Florim Salute & Formazione a cura dell'ospedale di Sassuolo. Un appuntamento interamente dedicato alla vista, alle patologie legate agli occhi e soprattutto alla prevenzione, come sempre fondamentale. L'intervento è cominciato con le parole della dott. Marcella Camellini, medico responsabile del progetto Florim, che ha dispensato ai numerosi presenti una serie di consigli e buone pratiche da mettere in atto ogni giorno per pro-

teggere gli occhi. «La vista è uno dei sensi più importanti che abbiamo – spiega Camellini – noi viviamo perché vediamo. L'occhio ci regala delle immagini che il nostro cervello traduce e in qualche modo questo ci permette di elaborare dei concetti dall'esterno. Per mantenere una buona qualità della vista, e quindi una buona qualità della vita, è necessaria la prevenzione, così come per tutte le altre patologie. È quindi indispensabile tenere sotto controllo i fattori di rischio perché l'occhio è vascularizzato da capillari ed arterie molto sottili che si possono ammalare. Bisogna quindi tenere sotto controllo la glicemia, la pressione arteriosa, fare dei controlli regolari se si è diabetici o se si è ipertesi, evitare di fumare e consumare eccessivamente alcol». Tra i consigli utili per prevenire le patologie legate agli occhi, si è parlato an-

che di usare dei buoni occhiali da sole per contrastare i nocivi raggi Uv del sole; una alimentazione equilibrata con proteine, frutta e verdura ricche di vitamine A, C ed E; nonché limitare le ore trascorse davanti ad uno schermo, che sia un cellulare o un computer, non tenere troppo bassa l'illuminazione dello smartphone e quindi illuminare bene l'ambiente. La seconda parte della conferenza ha visto protagoniste le principali patologie collegate alla vista e come è possibile curarle. Il dott. Enrico Martini, responsabile S.C Oculistica dell'ospedale di Sassuolo ha spiegato che le cause di riduzione e perdita della capacità visiva sono collegate a quattro malattie: cataratta, degenerazione maculare, retinopatie vascolari (diabetica, occlusioni retiniche) e glauco-

ma. Proprio su quest'ultima, Martini ha voluto fare un focus: «Il glaucoma è la malattia che colpisce il nervo ottico, che progressivamente si atrofizza e comporta una perdita graduale del campo visivo. Questa malattia che pian piano ci fa perdere pezzi della percezione, non dà sintomi». —



Il dott. Martini e la dott.ssa Camellini durante la conferenza



Peso:26%