

## Trudnoća - izazov za (najmanje) dva para očiju

Trudnice, naročito one koje nose naočale ili kontaktne leće, trebale bi, najkasnije u drugoj polovici trudnoće, posjetiti okulista.

U trudnoći se, zbog promjene količine hormona i opterećenja bubrega, često javlja zadržavanje vode u tijelu. Neke trudnice imaju otečene noge i ruke, nabrekle usnice i nos. A što je s očima? I one se također mogu prekrcati vodom, što dovodi do promjene dioptrije. Tako buduća mama može osjetiti da lošije vidi, što je dovoljan razlog za posjet okulisti i pregled očiju!

Okulist će ustanoviti je li uistinu došlo do promjene dioptrije te propisati naočale kojima se postiže najbolja vidna oštrina.

Trudnice koje otprije nose kontaktne leće, osim mutnijeg vida, mogu imati problema i s podnošenjem leća na očima. Kako se oko zbog viška tekućine „napuše“, tako mu i oblik kontaktne leće više ne pristaje. Leća se pomiče i češće ispada s oka ili pak nesnosno žulja. Ukoliko se leću ne skine na vrijeme, može nastati ogrebotina na površini oka, odnosno erozija rožnice. Ovakvo stanje ne može proći bez intervencije okuliste.

Zato se trudnicama savjetuje da do poslije poroda radije nose naočale koje uz kontaktne leće uvijek moraju biti u pričuvi.

Posebnu pozornost očima moraju posvetiti buduće mame koje imaju visoku „minus“ dioptriju. Njihove oči su osjetljive na rastezanje do kojeg dolazi pri fizičkom naporu, ali i pri napinjanju tijekom poroda.

Neposredno pred porod, ginekolog koji vodi brigu o trudnici, obično traži mišljenje okulista o stanju osjetljivijih očiju. Na sugestiju okulista porod se može „olakšati“ pomoću vakuuma ili čak izvesti carskim rezom da se naprezanje izbjegne.

U slučaju tzv. (pre)eklampsije, kada trudnici jako poraste krvni tlak, može se javiti potpuni gubitak vida na oba oka. Stanje je vrlo alarmantno, ne samo zbog nastale sljepoće, već i zbog, za život opasne situacije. Trudnica se hitno smješta u bolnicu, na Odjel za patologiju trudnoće i poduzimaju se sve mjere da se životne funkcije normaliziraju. Ovdje se ne radi o bolesti oka, već o prekidu protoka krvi kroz vidni živac uslijed povišenog krvnog tlaka. Na sreću, gubitak vida je prolazan. Čim se spusti krvni tlak, vid se postupno vraća.

Nakon poroda majci treba nekoliko mjeseci za povratak u „normalu“. Stanje oka se stabilizira za 3 do 6 mjeseci. Tada je vrijeme za ponovnu kontrolu. Nekima će sad već ponovno odgovarati njihove naočale i leće koje su nosile prije trudnoće, a neke će dobiti novu dioptriju za naočale ili pak nove kontaktne leće.

Majke koje su doživjele (pre)eklampsiju, moraju osim kontrole vidne oštrine, napraviti i test vidnog polja da se ustanovi moguće oštećenje vidnog živca te ponavljati testiranje svakih par godina kako bi se na vrijeme ustanovilo napredovanje eventualnog oštećenja.

### **Malo i o bebama!**

Tijekom same trudnoće, buduća majka ne može utjecati na pravilan razvoj oka svoje bebe.

#### **Ipak oprez!**

Trudnice koje su u doticaju s domaćim životinjama i kućnim ljubimcima, poput psa, mačke, kunića i sl., mogu se zaraziti toksoplazmom i drugim nametnicima koje te životinje prenose. Simptomi se ne moraju javiti u buduće majke, ali mogu oštetiti oči ploda. Stoga bi trudnica trebala napraviti testove krvi na antitijela protiv tih parazita kako bi se bolest na vrijeme otkrila.

Slično je i s rubeolom. Ako je žena nije preboljela prije trudnoće, a dođe u dodir s oboljelom osobom i zarazi se, postoji velika vjerojatnost da se bolest prenese na plod i ošteti neke organe, a time i oči. I u ovom se slučaju trudnica mora javiti svom liječniku koji će je uputiti na testiranje krvi.

Poseban problem su oči prerano rođenih beba. Novorođenčad male porođajne težine, ispod 1500 grama imaju još nerazvijene oči. Boravak u inkubatoru s povećanom koncentracijom kisika za udisanje, može u takvih beba izazvati poremećaj u sazrijevanju očiju. Te bebe okulisti pregleda još u rodilištu i preporuča obvezne kontrole svakih par tjedana. Roditelji kontrolne preglede ne bi smjeli zanemariti, jer bi time doveli u opasnost oči i vid svoje bebe.

Svaka trudnica bi morala poduzeti sve da pravilnom ishranom osigura svojoj bebi dovoljnu količinu hranjivih sastojaka, vitamina i minerala koji su nužni za razvoj cijelog bebinog organizma, a time i očiju.

Od navršenih mjesec dana, kontrolu bebinih očiju, preuzima pedijatar koji će na vrijeme uočiti svaku nepravilnost i uputiti roditelje s bebom na pregled okulisti.