

## „Che cos'è la Degenerazione Maculare correlata all'Età (DME)?“

La degenerazione maculare correlata all'età (DME) è una malattia della retina, nel fondo dell'occhio.

Essa porta a una limitazione o alla perdita della capacità di vedere nitidamente.

Negli stadi avanzati della malattia l'occhio percepisce ancora soltanto la parte esterna di un'immagine.

La DME danneggia, o addirittura distrugge, la macula, che è la parte centrale della retina.

La DME si può manifestare in due forme diverse, quella **SECCA** e quella **UMIDA**.

Si tratta di una malattia che insorge nella seconda metà della vita.

Nel mondo occidentale la DME è la maggiore causa di grave menomazione visiva delle persone sopra i 50 anni.

Con l'avanzare degli anni il rischio di contrarre una DME aumenta continuamente.

## „Quali sono le cause della DME?“

Le cause di questa malattia, diagnosticata prevalentemente nei paesi industrializzati, sono in larga misura ancora sconosciute.

Tuttavia in base alle conoscenze scientifiche attuali si possono individuare i seguenti fattori di rischio:

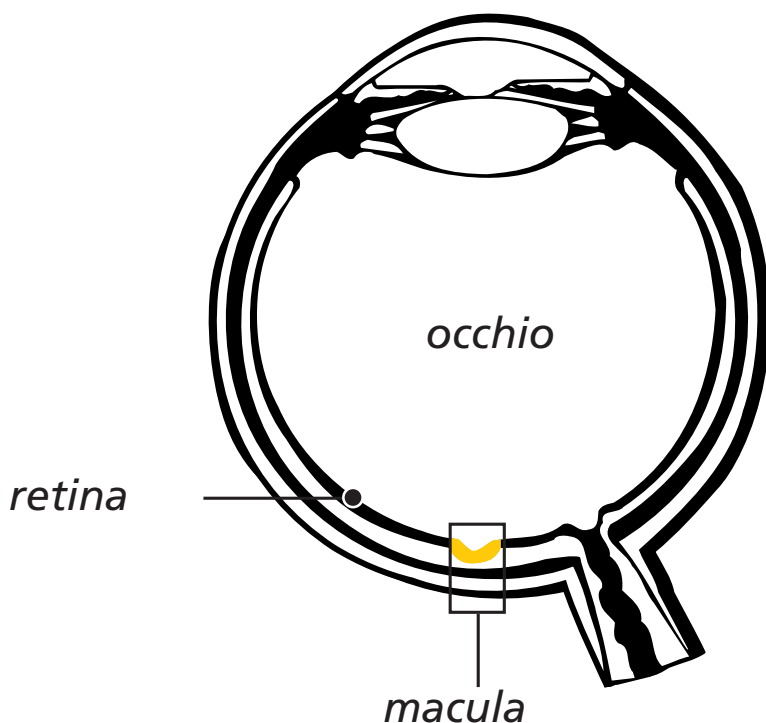
- Componenti genetiche – il 60% delle persone con una degenerazione maculare correlata all'età ha uno o più familiari con una DME
- Fumo – fumare triplica il rischio di contrarre una DME
- Ipertensione
- Malattie cardio-vascolari
- Carenza di vitamine o sali minerali
- Forte esposizione ai raggi UV.

## „Che cos'è la macula?“

Nell'occhio la luce, e quindi anche l'immagine, è proiettata sulla retina.

La macula è la parte della retina che si trova esattamente sull'asse visivo.

Essa è responsabile della visione nitida.



## „Quali sono i sintomi di una DME?“

Le persone con una DME dicono spesso:  
*„Proprio là dove punto lo sguardo non riesco a percepire più niente.“*

**La visione di persone con un'insorgente DME è caratterizzata**

- Da linee o lettere distorte o incurvate
- Dall'assenza di singole lettere in una parola o dalla mancanza del centro dell'immagine.

Negli stadi successivi della patologia i pazienti non sono più in grado di distinguere i dettagli o il centro di un immagine.



*immagine distorta*



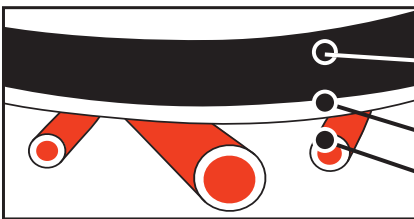
*perdita del centro dell'immagine*

**Anche se i disturbi della vista sono i sintomi più precoci della DME, essi non devono far pensare necessariamente e soltanto a una DME. Anche altre malattie meno gravi possono causare una riduzione dell'acuità visiva.**

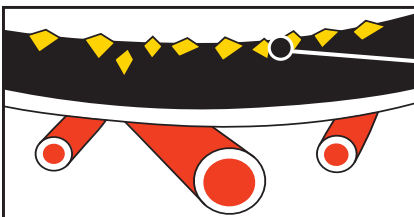
## „Qual' è la differenza tra la forma SECCA e quella UMIDA della DME?“

### 1) La forma SECCA della DME:

- Si manifesta circa nell'80% di tutti i casi di DME
- È riconoscibile dall'oculista in quanto sulla retina si formano dei depositi giallastri („drusen“)
- Ha per lo più un decorso lento
- Può evolvere e diventare umida (raramente).  
È perciò importante far controllare regolarmente il decorso della malattia dall'oculista.



- 1. Macula normale**  
*Cellule fotosensibili della retina*  
*Membrana di Bruch*  
*Vasi sanguigni*



- 2. DME SECCA**  
*Depositi sulle cellule della retina (lettura un po' disturbata, lettere che mancano)*

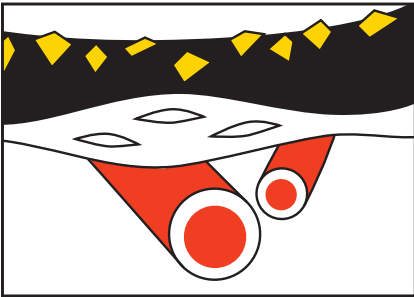
*„Qual' è la differenza tra la forma SECCA e quella UMIDA della DME?“*

## 2) La forma **UMIDA** della DME:

- Si riscontra circa nel 20% dei casi
- **Evolve quasi sempre molto rapidamente**  
(da qualche settimana a sei mesi)
- Può portare a **un'importante perdita della vista**
- È caratterizzata dalla rapida formazione di piccoli vasi sanguigni che invadono la macula. Spesso da questi vasi fuoriesce del liquido o addirittura del sangue
- Porta alla **perdita della visione centrale** in seguito alla distruzione della macula
- Causa la visione di immagini il cui centro sembra sia coperto da una specie di disco grigio mentre ne rimangono percepibili solo i bordi
- Si manifesta con disturbi della vista a un solo occhio, che progrediscono lentamente e quasi sempre impercettibilmente. In un secondo tempo i disturbi possono interessare anche l'altro occhio e allora saranno subito notati.

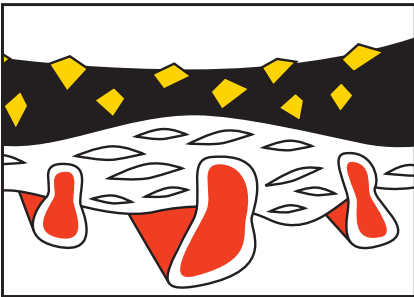
*„Qual' è la differenza tra la forma SECCA e quella UMIDA della DME?“*

**Nella gran parte dei casi la perdita della vista è irreversibile. È perciò estremamente importante individuare i sintomi della forma UMIDA della DME fin dal loro primo apparire.**



### **3. DME UMIDA**

*La Membrana di Bruch si ispessisce (prime linee distorte)*



### **4. DME UMIDA**

*Nuovi vasi sanguigni si infiltrano nella macula (mancano quadretti nella griglia di Amsler)*



### **5. DME UMIDA**

*Fuoriuscita di liquido o sangue dai vasi neoformati (perdita della visione del centro dell'immagine)*

## „Quando si deve consultare l'oculista?“

Con l'invecchiamento l'occhio si modifica e certe sue malattie si fanno più frequenti.

**È perciò importante farsi visitare periodicamente dall'oculista a partire dai quarant'anni.**

### **Sintomi importanti**

- Rapida diminuzione dell'acuità visiva:  
È un sintomo da prendere sul serio e un motivo per recarsi senza indugio dall'oculista
- Linee distorte o incurvate o singole lettere che mancano nelle parole (metamorfopsie):  
questo sintomo é riconoscibile precocemente con un semplice test della vista – il cosiddetto test con la griglia di Amsler

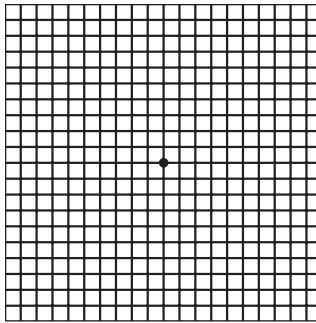
I sintomi elencati sono da prendere seriamente in considerazione e richiedono un esame oculisto approfondito.



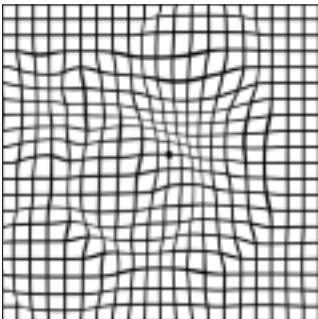
*„Quando si deve consultare l'oculista?“*

La griglia di Amsler è una rappresentazione grafica fatta di linee diritte che formano un fitto reticolo. Al centro c'è un punto nero da fissare con lo sguardo.

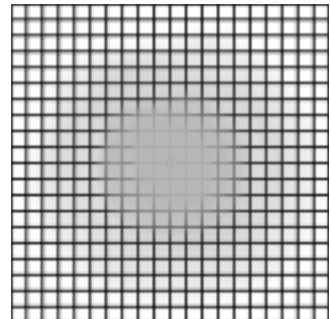
Facendo il test con la griglia di Amsler si possono vedere le seguenti immagini:



*griglia normale*



*distorsioni*



*perdita della  
visione della  
parte centrale*

## **„Come si vede la griglia di Amsler in caso di DME?“**

*„Qui sotto manca una linea.“*

*„Quasi tutte le linee sono ondulate.“*

Queste constatazioni sono segnali di un disturbo visivo che potrebbe anche significare l'inizio di una DME.

Poi ch  la forma **UMIDA** della DME pu  evolvere molto rapidamente,   **determinante diagnosticarla precocemente**. Infatti:

- **La diagnosi precoce   il primo passo verso il mantenimento della capacit  visiva**
- **Un periodico autocontrollo con la griglia di Amsler permette una diagnosi precoce.**

Per aiutarvi a monitorare la salute dei vostri occhi, sull'ultima pagina di questo opuscolo c'  un foglio-test di grandezza originale (da staccare e appendere, per esempio in sala da bagno).

**Attenzione: il test con la griglia di Amsler non sostituisce in nessun modo un'approfondita visita oculistica. Infatti, soltanto l'oculista pu  diagnosticare con assoluta certezza una DME.**

## „Quali cure ci sono per la DME?“

### 1) Per la forma **SECCA** della DME

- Non esistono terapie scientificamente provate
- Specialmente per le persone anziane è importante un'alimentazione sana e variata.

### 2) Per la forma **UMIDA** della DME

- Finora c'erano solo poche possibilità terapeutiche in grado d'arrestare la perdita della vista e di stabilizzare la situazione.

### **La fotocoagulazione mediante laser**

In determinati casi, se il centro della retina non è coinvolto, si possono sigillare i neo-vasi difettosi con un trattamento laser (laser „caldo“).

## **La terapia fotodinamica**

- Un farmaco fotosensibile è iniettato per breve tempo nel circolo sanguigno.
- Il farmaco si deposita nei neo-vasi sanguigni anomali infiltratisi nella macula.
- Un laser «freddo» è proiettato su questi neo-vasi anomali e il suo raggio luminoso attiva il farmaco (terapia fotodinamica).
- In tal modo i vasi sanguigni malati sono chiusi.
- A volte la cura deve essere ripetuta diverse volte.
- Le ricerche confermano i **buoni risultati della terapia**, anche se **non per tutte le forme di DME UMIDA**.

**Negli anni a venire** la ricerca in questo campo sarà ulteriormente intensificata. Altri approcci scientifici, non ancora in fase di applicazione su larga scala, continuano ad essere oggetto di studio. Si tratta, in particolare, della chirurgia della translocazione della macula, della Transpupillary Thermal Therapy, del trapianto della retina, dell'innesto di chip elettronici nella retina, dei farmaci anti-angiogenesi (sostanze attive che impediscono le neovascolarizzazioni).

## „Come convivere con una DME?“

Tutta una serie di mezzi ausiliari ottici di provata efficacia possono essere di grande aiuto in caso di alterazioni della vista causate da una DME.



*lente d'ingrandimento*



*apparecchio di lettura*

La lettura, in particolare, sarà notevolmente facilitata con ausili quali gli occhiali a lente d'ingrandimento, gli apparecchi di lettura a circuito chiuso nonché degli speciali programmi d'ingrandimento per il computer.

## *„Come convivere con una DME?“*

Per i mezzi ausiliari del tipo „low vision“ esiste una consulenza specifica e anche corsi di istruzione all'uso fornita da specialisti.

Una buona illuminazione indiretta può potenziare l'effetto dei mezzi ausiliari ingrandenti.



*lampada tascabile  
a pile*



*telefono a  
tasti grandi*

Occhiali con lenti filtranti colorate che servono a ridurre l'abbagliamento e a migliorare la visione dei contrasti.

*„Come convivere con una DME?“*

Altri utili mezzi ausiliari sono il telefono a tasti grandi, gli orologi dal design ad alto contrasto, gli orologi e le bilance parlanti.



*termometro parlante  
per misurare la febbre*



*orologio da polso  
parlante*

Ulteriori informazioni si possono ricevere presso i servizi di consulenza regionali per persone con handicap visivo o presso il consultorio di Retina Suisse a Zurigo.

## **„E io, che cosa posso fare?“**

- 1.** Abbia cura della sua capacità visiva, p. es. portando sempre degli occhiali da sole certificati e proteggendo gli occhi dai raggi UV.
- 2.** Smetta di fumare in tempo utile. Una volta insorti i disturbi visivi è troppo tardi.
- 3.** Richieda la griglia di Amsler all'oculista, all'ottico o in farmacia e faccia regolarmente il test.
- 4.** Al primo sospetto di un disturbo visivo prenda appuntamento dall'oculista per una visita approfondita.
- 5.** Per ulteriori informazioni si rivolga all'**Infoline 0848 808 840**, a un servizio di consulenza o al consultorio di Retina Suisse.

**Il riconoscimento precoce della forma umida della DME è essenziale per il successo della terapia. Più presto si riconosce e si cura la malattia, maggiori saranno le opportunità di arrestare il degrado della vostra vista.**

**Verifichi regolarmente la sua capacità visiva esaminando un occhio alla volta con la griglia di Amsler.**