

الاستجماتيزم

والعدسات اللاصقة

معلومات عن الاستجماتيزم وتأثيره في الرؤية وطرق
تصحيحه بالعدسات اللاصقة (التوريك)

نشرة تثقيفية عن العدسات اللاصقة

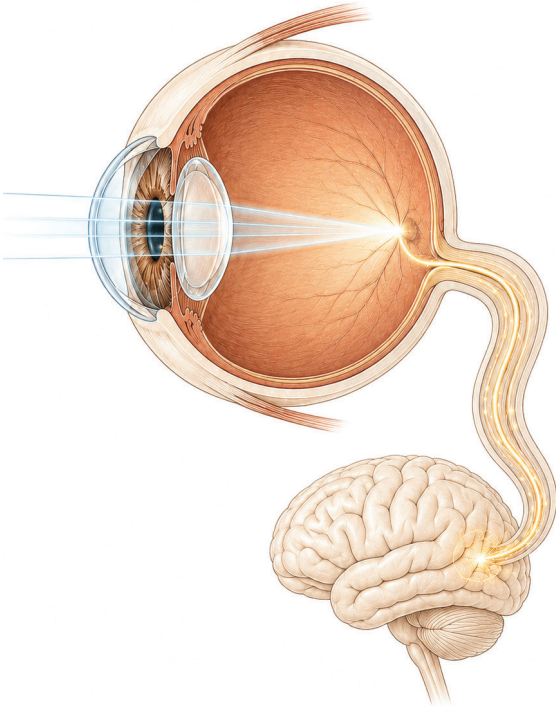


تمت المراجعة بواسطة
الجمعية السعودية للبصريات
Saudi Society Of Optometry

بدعم من
أكيوفيو
ACUVUE®

لماذا تُعد الرؤية مهمة؟

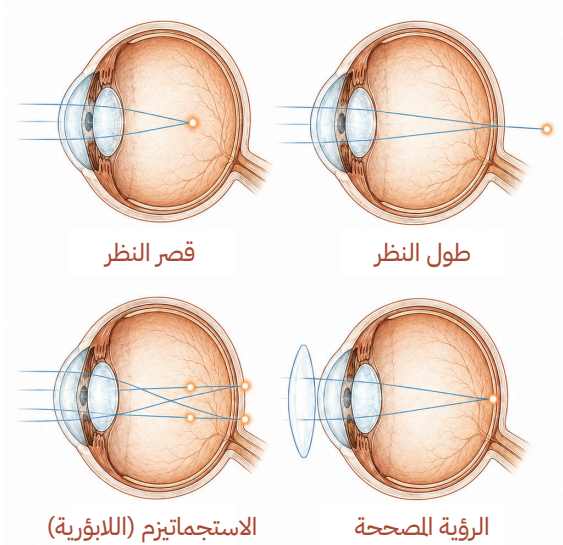
تزودنا الرؤية بجزء كبير من المعلومات التي نتلقاها عن العالم. تركز العين الضوء الداخل على الشبكية، ثم يعالج الدماغ الإشارات لتكوين الصورة. وتعتمد الرؤية الواضحة على تركيز الضوء بدقة على الشبكية.



عندما لا يتركز الضوء بطريقة صحيحة

عندما لا يتركز الضوء بدقة على الشبكية، تتأثر الرؤية. يسبب قصر النظر عادةً تشوش الرؤية البعيدة، وقد يسبب طول النظر صعوبة في الرؤية القريبة. ويؤدي طول النظر الشيخوخي إلى صعوبة مرتبطة بالعمر في التركيز القريب، بينما قد يسبب الاستجماتيزم تشوشاً أو تشوهاً على مسافات مختلفة.

يمكن استخدام النظارات أو العدسات
اللاصقة للمساعدة على تركيز الضوء
بدقة أكبر على الشبكية.



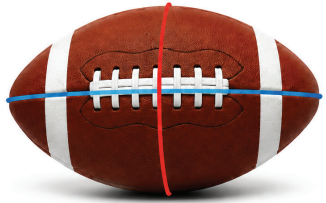
ما الاستجماتيزم (اللابؤرية)؟

الاستجماتيزم خطأ انكساري شائع، وليس مرضاً في حد ذاته. ويحدث عندما لا ينكسر الضوء بالتساوي داخل العين، فلا يتركز في نقطة واحدة على الشبكية، مما قد يسبب تشوش الرؤية أو تشوهها.

تُبين قيمة الأسطوانة (CYL) في الوصفة مقدار القوة اللازمة لتصحيح الاستجماتيزم، ويُحدّد المحور (AXIS) اتجاه هذه القوة. وصُممت العدسات اللاصقة التوريكية لتوفير التصحيح الأسطواني المطلوب، أما العدسات الكروية فتُستخدم عادةً عندما لا توجد حاجة إلى تصحيح أسطواني.



انحناء متساوٍ
رؤية واضحة



انحناء غير متساوٍ
رؤية مشوشة أو ممتدة



كيف يحدث الاستجماتيزم (اللابؤرية)؟

يحدث الاستجماتيزم عندما يختلف انحناء القرنية أو العدسة الداخلية للعين من محور إلى آخر، فينكسر الضوء بدرجات مختلفة ولا يتركز بدقة على الشبكية، مما قد يسبب تشوش الرؤية أو تشوهها.

قد يوجد الاستجماتيزم منفردًا، أو يصاحب قصر النظر أو طول النظر، وتختلف درجته من شخص إلى آخر.

قد توفر العدسات اللاصقة (التوريك) اللينة، عند ملائمتها للعين بصورة صحيحة، رؤية أوضح وأكثر ثباتًا مع الاستجماتيزم المصحوب بقصر النظر أو طول النظر.



كيف تبدو الرؤية مع الاستجماتيزم؟

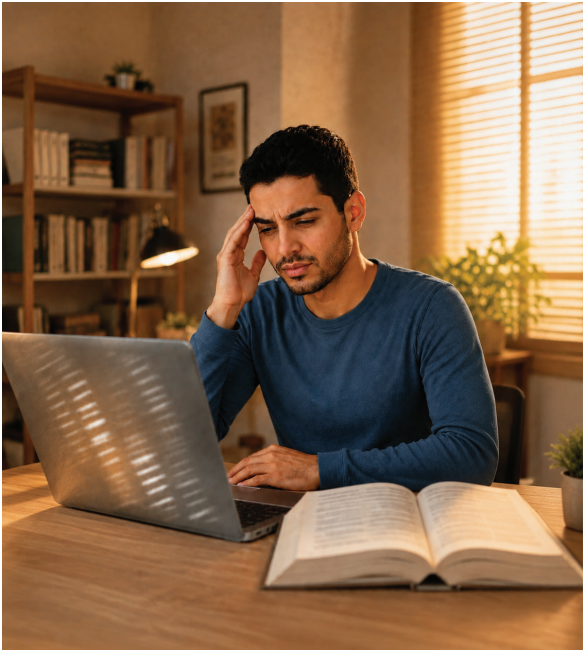
يختلف تأثير الاستجماتيزم في الرؤية بحسب درجته ومحوره. فقد تبدو بعض التفاصيل أو الاتجاهات أوضح من غيرها، بينما قد تظهر الأجسام مشوشة أو ممدودة على مسافات مختلفة.



كيف يؤثر الاستجمائيزم في الأنشطة اليومية؟

قد يختلف اتجاه التشوش باختلاف محور الاستجمائيزم. وعند عدم تصحيحه بصورة مناسبة، قد تبدو التفاصيل مشوشة أو ممدودة في اتجاهات مختلفة.

وقد يؤدي عدم تصحيح الاستجمائيزم بصورة كافية إلى زيادة الإجهاد البصري أثناء استخدام الحاسوب أو مشاهدة التلفاز أو القيادة، مما قد يسبب تعب العينين أو الصداع.



كيف أعرف أن لديّ استجماتيزم؟

قد لا يلاحظ بعض الأشخاص الاستجماتيزم الخفيف، ولا يمكن تأكيد وجوده اعتماداً على الأعراض وحدها؛ لذلك تُعد فحوصات العين الدورية مهمة.

يُشخّص الاستجماتيزم من خلال فحص شامل للعين يتضمن تقييم حدة البصر وفحص الانكسار. وبعد تحديد درجته ومحوره، يوصي أخصائي البصريات بالنظارات أو العدسات اللاصقة المناسبة، ويحدد مواعيد المتابعة وفق العمر وصحة العين والاحتياجات البصرية.



لماذا أستخدم النظارات أو العدسات اللاصقة؟

يمكن للنظارات ذات التصحيح الأسطواني أو العدسات اللاصقة التوريكية أن توفر رؤية أوضح وأكثر ثباتًا. ويختلف هذا التصحيح عن التصحيح الكروي المعتاد؛ لأنه يتضمن قوة أسطوانية ومحورًا محددتين بحسب الوصفة.

قد يساعد التصحيح المناسب على
تقليل الإجهاد البصري والصداع
المرتبطين بالاستجماتيزم غير المصحح.



كيف يمكن تصحيح الاستجماتيزم؟

يحدد أخصائي البصريات خيار التصحيح
الأنسب وفق درجة الاستجماتيزم وصحة
العين والاحتياجات البصرية.

تشمل خيارات التصحيح النظارات ذات القوة
الأسطوانية، والعدسات اللاصقة التوريقية، وقد
تكون الجراحة الانكسارية مناسبة لبعض الحالات
بعد التقييم المتخصص.

وتتوفر العدسات التوريقية اللينة للاستخدام اليومي
أو وفق جداول استبدال مختلفة. وعند ملائمتها
للعين بصورة صحيحة، قد توفر رؤية واضحة وثابتة،
ويشبه استخدامها استخدام العدسات اللينة الكروية.



هل تكفي العدسات الكروية؟

قد يحسّن التصحيح الكروي الرؤية عند وجود قصر النظر أو طول النظر، لكنه قد لا يصحح الاستجماتيزم بالكامل عند الحاجة إلى قوة أسطوانية.

توفر العدسات اللاصقة (التوريك) قوى بصرية مختلفة في محاور محددة لتصحيح الاستجماتيزم. ويحدد أخصائي البصريات مدى الحاجة إليها وفق درجة الاستجماتيزم والاحتياجات البصرية.



مزايا العدسات اللاصقة

قد توفر العدسات اللاصقة مجالاً أوسع وأقل تقييداً للرؤية المحيطية مقارنة بإطارات النظارات، وقد يكون ذلك عملياً أثناء القيادة أو ممارسة الرياضة.

كما أنها لا تتأثر بالضباب أو بانزلاق الإطار كما قد يحدث مع النظارات، وقد تمنح حرية حركة أكبر في العمل والترفيه والأنشطة الخارجية.



رؤية ثابتة أثناء النشاط



قد توفر العدسات اللاصقة الموصوفة والملائمة للعين تصحيحًا ثابتًا وحرية أكبر أثناء العديد من الأنشطة البدنية. التزم بتعليمات الارتداء والعناية التي يحددها أخصائي البصريات.

العدسات اللاصقة لا تحمي العين من الإصابات؛ استخدم واقياً مناسباً للرياضة، وانزع العدسات قبل السباحة أو الاستحمام.

ما العدسات المناسبة للاستجماتيزم (اللابؤرية)؟

يختلف تصميم العدسات التوريك عن العدسات الكروية؛ إذ يجب أن تحافظ على اتجاهها الصحيح فوق العين حتى تبقى قوة تصحيح الاستجماتيزم في موضعها. وتستخدم التصاميم المثبتة حركة الجفن أو هندسة العدسة أو خصائص أخرى للمساعدة على التحكم في دورانها.

تشمل الخيارات عدسات توريكية يومية الاستبدال، وأخرى دورية الاستبدال، بمواد ودرجات تصحيح مختلفة. وتتباين العدسات في الراحة ونفاذية الأكسجين وسهولة التعامل وجدول الاستبدال. ويختار أخصائي البصريات العدسة المناسبة ويقيم ملاءمتها للعين وفقًا للوصفة وصحة العين ونمط الحياة.

تحتوي بعض العدسات على مادة تحجب جزءًا من الأشعة فوق البنفسجية، لكنها لا تغطي العين والمنطقة المحيطة بها بالكامل، ولا تُغني عن النظارات الشمسية الواقية من الأشعة فوق البنفسجية.

ما الذي ينبغي مراعاته عند اختيار العدسات اللاصقة؟

تختلف احتياجات كل شخص، كما تختلف كل عين عن الأخرى؛ لذلك يجب أن يصف أخصائي البصريات العدسات اللاصقة ويقيّم ملاءمتها بعد إجراء فحص شامل للعين.

عند اختيار العدسات اللاصقة، تُراعى الوصفة البصرية وصحة العين والراحة وجدول الارتداء والاستبدال، إضافة إلى مدة استخدام الأجهزة الرقمية والرياضة والأنشطة اليومية. وقد يساعد الالتزام بجدول الاستبدال الموصى به على الحد من تراكم الترسبات.

استخدم العدسات اللاصقة الموصوفة والملائمة لاحتياجاتك البصرية، والتزم بتعليمات الارتداء والاستبدال والعناية الموصى بها.



الرؤية الواضحة تدعم تفاصيل الحياة اليومية

أعدت هذه النشرة التثقيفية لصالح الجمعية
السعودية للبصريات بدعم من أكيوفيو.



اكتشف المزيد على

www.acuvue.com/ar-me/



sso.org.sa



info@sso.org.sa



[SaudiOptometry](#)



امسح لعرض جميع الإصدارات



تمت المراجعة بواسطة
الجمعية السعودية للبصريات
Saudi Society Of Optometry

بدعم من
أكيوفيو
ACUVUE™