

L'importanza delle visite oculistiche regolari: un viaggio nella salute dei nostri occhi

PROMONTOGNO (ces) La vista non solo ci permette di apprezzare la bellezza del mondo intorno a noi, ma è anche essenziale per svolgere molte delle nostre attività quotidiane, come leggere un libro o guidare un'auto. Tuttavia, la cura degli occhi è spesso trascurata, e molte persone rimandano o evitano le visite oculistiche periodiche. Questo comportamento può risultare rischioso, poiché molte patologie oculari non manifestano sintomi evidenti nelle fasi iniziali ma possono evolvere in gravi problemi visivi se non vengono diagnosticate e trattate tempestivamente.

Le visite oculistiche: un atto di prevenzione e cura

Le visite oculistiche regolari sono essenziali per mantenere una buona salute visiva. Questi controlli non sono solo consigliati a coloro che portano occhiali o lenti a contatto, ma sono importanti per tutti, indipendentemente dall'età o dalla percezione di avere una vista perfetta. Durante una visita oculistica il medico può valutare la **salute generale degli occhi, diagnosticare eventuali problemi** e, se necessario, iniziare il trattamento. È un'opportunità per prevenire complicazioni future e garantire che i nostri occhi rimangano sani e funzionali per tutta la vita. La frequenza delle visite oculistiche dovrebbe essere adattata alle esigenze specifiche di ogni individuo. Ad esempio, i neonati dovrebbero essere controllati entro i primi sei mesi di vita per escludere anomalie congenite. Gli adulti sotto i 40 anni, se non presentano problemi visivi particolari, possono sottoporsi a una visita ogni due anni. Tuttavia, con l'avanzare dell'età, le visite dovrebbero diventare più frequenti, soprattutto dopo i 60 anni, quando il



rischio di malattie oculari aumenta significativamente.

Le malattie oculari comuni
Nel corso di una visita oculistica è possibile individuare e monitorare diverse malattie oculari. Ecco alcune delle più comuni:

• Cataratta

La cataratta è una delle principali cause di perdita della vista, specialmente tra le persone anziane. Si manifesta con l'opacizzazione del cristallino, la lente naturale dell'occhio, che provoca una visione offuscata e confusa. Immaginate di guardare attraverso una finestra appannata o un vetro smerigliato. Fortunatamente, la chirurgia della cataratta è una procedura sicura ed efficace che può ripristinare la visione. Tuttavia, senza controlli regolari, molti potrebbero non rendersi conto di avere una cataratta finché la loro vista non è significativamente compromessa.

• Glaucoma

Il glaucoma è spesso chiamato il "ladro silenzioso della vista" perché può danneggiare gravemente il nervo ottico senza mostrare sintomi nelle fasi ini-

ziali. È comunemente associato a un aumento della pressione intraoculare. Se non trattato, può portare a una perdita permanente della vista periferica e, in casi gravi, alla cecità. I controlli regolari della pressione oculare sono cruciali per la diagnosi precoce e la gestione del glaucoma, che può includere farmaci, laser o interventi chirurgici.

• Degenerazione maculare legata all'età (DMLE)

La DMLE è una malattia che colpisce la macula, la parte centrale della retina, responsabile della visione dettagliata. Colpisce principalmente gli anziani e può portare a una visione centrale sfocata o distorta, rendendo difficili attività come leggere e riconoscere i volti. Anche se non esiste una cura definitiva, trattamenti come iniezioni intraoculari e integratori specifici possono rallentare la progressione della malattia.

• Retinopatia diabetica

Per chi soffre di diabete, la retinopatia diabetica è una complicanza grave che può compromettere la vista. Si verifica quando livelli elevati di zucchero nel sangue dan-

neggiano i vasi sanguigni della retina. I sintomi possono includere visione offuscata e la comparsa di macchie scure nel campo visivo. La gestione rigorosa del diabete e le visite oculistiche regolari possono prevenire o limitare i danni causati da questa malattia.

• Occhio secco

L'occhio secco è una condizione molto comune caratterizzata da una ridotta produzione o eccessiva evaporazione delle lacrime, che causa irritazione e infiammazione della superficie oculare. I sintomi includono bruciore, prurito, sensazione di corpo estraneo e visione offuscata. Le cause possono essere età, condizioni ambientali, uso di lenti a contatto, farmaci e alcune malattie sistemiche. Il trattamento include lacrime artificiali, farmaci antinfiammatori, tappi lacrimali e cambiamenti nello stile di vita.

Ulteriori benefici delle visite oculistiche

Oltre alla diagnosi e al trattamento delle malattie oculari, le visite oculistiche regolari possono rivelare altre condizioni di

salute. Gli occhi possono riflettere segni di malattie sistemiche come l'ipertensione, il colesterolo alto e persino alcuni tipi di cancro. L'oculista può essere il primo a individuare questi problemi e indirizzare i pazienti verso ulteriori esami e trattamenti. Inoltre, per chi già indossa occhiali o lenti a contatto, le visite regolari sono essenziali per assicurarsi che la prescrizione sia aggiornata e che i dispositivi correttivi stiano funzionando correttamente. Una visione chiara e confortevole è fondamentale per il benessere quotidiano e la produttività.

Investire nella salute dei nostri occhi **attraverso visite oculistiche regolari** è un passo fondamentale per preservare la nostra qualità di vita. La prevenzione e la diagnosi precoce

delle malattie oculari possono fare la differenza tra una vita attiva e indipendente e una vita limitata da problemi visivi. Proprio per questo il **Centro Sanitario Bregaglia** ha ulteriormente ampliato la propria offerta con l'integrazione del **medico oculista Nicolò Rampazzo**. Informarsi e agire tempestivamente è la chiave per mantenere i nostri occhi sani e funzionanti per molti anni a venire. Per informazioni e appuntamenti: studio.medico@csbregaglia.ch / +41 81 838 1145

Fonti

- American Academy of Ophthalmology (AAO)
- National Eye Institute (NEI)
- World Health Organization (WHO)

Crediti foto: Foto di Wesley Tingey su Unsplash (foto 1); Foto di Elen Sher su Unsplash (foto 2)

LE CONSULENZE

- **Cardiologia, Dr. Massimo Pozzoli:** per info e appuntamenti studio.medico@csbregaglia.ch / Tel. +41 81 8381145
- **Pneumologia e medicina del sonno, Dr. Lorenzo Cirri:** per info e appuntamenti studio.medico@csbregaglia.ch / Tel. +41 81 8381145
- **Fisioterapia, per info e appuntamenti:** fisioterapia@csbregaglia.ch / Tel. +41 81 8381125
- **Otorinolaringoiatria, Dr. Domenico Benedetto:** per info e appuntamenti studio.medico@csbregaglia.ch / Tel. +41 81 8381145
- **Gastroscopia/Colonscopia,** per info e appuntamenti studio.medico@csbregaglia.ch / Tel. +41 818381145
- **Ginecologia, Dr.ssa Sara Ibba:** per info e appuntamenti studio.medico@csbregaglia.ch / Tel. +41 81 8381145
- **Dermatologia, Dr.ssa Caterina Campisi:** per info e appuntamenti studio.medico@csbregaglia.ch / Tel. +41 81 8381145
- **Pediatria, Dr. Rolf Bienentreu:** per info e appuntamenti studio.medico@csbregaglia.ch / Tel. +41 81 8381145
- **Consulenza nutrizionale, BIA ed ergometria,** Gloria Claluna: per info e appuntamenti studio.medico@csbregaglia.ch / Tel. +41 81 8381145
- **Ozonoterapia, terapia con PRP, medicina tradizionale cinese:** per info e appuntamenti studio.medico@csbregaglia.ch / Tel. +41 81 8381145

CENTRO SANITARIO BREGAGLIA

Accanto a voi quando ne avete bisogno

I NOSTRI SERVIZI

- Visite internistiche
- Esami strumentali e di laboratorio
- Visite specialistiche
- Consulenza nutrizionale
- Ozonoterapia e terapia con PRP
- Fisioterapia

SCOPRI DI PIÙ

Flin 5 7606-CH Promontogno | +41 81 838 11 99 | info@csbregaglia.ch

CENTRO SANITARIO BREGAGLIA