

Droge maculadegeneratie

Wat is maculadegeneratie?

Maculadegeneratie is een oogziekte die de macula aantast. De macula is het centrale deel van het netvlies. Dit hebben we nodig om te lezen, auto te rijden, te knutselen en voor het herkennen van gezichten. Er zijn vormen die zich openbaren op jonge leeftijd, maar de grootste groep mensen met maculadegeneratie lijdt aan de leeftijd gerelateerde maculadegeneratie. Leeftijd gerelateerde maculadegeneratie is de belangrijkste oorzaak van slechtziendheid bij mensen boven de 65 jaar in de USA, West-Europa en Japan.

- In de leeftijd van 55-64 jaar heeft 14% maculadegeneratie.
- In de leeftijd van 64-74 jaar heeft 19% maculadegeneratie.
- In de leeftijd boven de 75 jaar heeft 37% maculadegeneratie.

Vormen van de leeftijd gerelateerde maculadegeneratie (LMD)

Er zijn twee vormen van leeftijd gerelateerde maculadegeneratie:

1. Droge LMD (niet -exsudatieve LMD); komt voor bij 80% van de mensen met leeftijd gerelateerde maculadegeneratie. Deze vorm ontwikkelt zich langzaam gedurende jaren. Over deze vorm gaat deze folder.
2. Natte LMD (neovasculair of exsudatieve LMD); komt voor bij 20% van de mensen met leeftijd gerelateerde maculadegeneratie voor. Deze vorm kenmerkt zich door de groei van abnormale, fragiele bloedvaatjes, chorioidale neovascularisatie genoemd. Deze aandoeningen ontwikkelt zich snel en zorgt voor ernstig verlies van het gezichtsvermogen binnen enkele weken.

Tien tot twintig procent van de mensen met een droge vorm van de leeftijd gerelateerde maculadegeneratie ontwikkelt alsnog de natte vorm. Het alarmsymptoom voor deze overgang is het plotseling ontstaan van vlekken en/of vervormingen van het centrale beeld. Belangrijk is, dat u 2-4 keer per maand een zelfcontrole uitvoert met behulp van het amsler kaartje (vraag hiernaar bij uw oogarts). Het is ook goed om bijvoorbeeld naar deurstijlen of lamellen te kijken om u zelf te controleren. Als deze niet meer recht lopen kan dit een aanwijzing zijn dat u de natte vorm aan het ontwikkelen bent. Meestal zijn vervormingen een teken van de natte vorm van macula degeneratie, maar het kan ook voorkomen bij de droge vorm.

Ook andersom krijgen patiënten met de natte vorm naar verloop van tijd ook afwijkingen in de macula, die bij de droge vorm horen.

Risicofactoren

Er zijn een aantal risicofactoren waarvan bekend is dat ze leeftijd gerelateerde maculadegeneratie kunnen doen ontwikkelen of toenemen:

De belangrijkste zijn:

1. leeftijd (hoe ouder je wordt, hoe meer kans je hebt op maculadegeneratie)
2. genetische factoren (bepaalde genen hebben een hoge associatie met het voorkomen van maculadegeneratie)
3. geslacht (vrouwen hebben een hoger risico)
4. ras (Kaukasiërs hebben een hoger risico)
5. roken
6. dieet (voedingsmiddelen, rijk aan carotenoiden, vitamine C en E, zink, koper, omega3-vetzuren, of met weinig koolhydraten geven mogelijk minder kans op (verdergaande) ontwikkeling van maculadegeneratie.)

Factoren zoals hoge bloeddruk, hoog cholesterol en blootstelling aan zonlicht zijn mogelijk ook risicovol, maar daar is minder sterk bewijs voor.

Impact van maculadegeneratie

Leeftijd gerelateerde maculadegeneratie heeft vaak een behoorlijke impact op het leven van de mensen die eraan lijden. Men kan afhankelijk van anderen worden voor dagelijks zaken zoals telefoneren, boodschappen doen en de administratie verzorgen. Men kan problemen krijgen met het uitoefenen van hobby's en moeilijkheden ondervinden in de sociale sfeer, doordat het soms lastig wordt om gezichten van mensen te herkennen. Dit kan soms leiden tot een sociaal isolement.

Behandeling van droge leeftijd gerelateerde maculadegeneratie

Er is geen bewezen behandeling voor de droge vorm van leeftijd gerelateerde maculadegeneratie. We wijzen patiënten er wel op dat het verstandig is om te stoppen met roken en om gezond te eten.

Gezond eten: veel vers fruit (grapefruit, sinaasappel, kiwi) en verse groentes (gekleurde groentes zoals wortels, paprika en maïs maar ook groene bladgroentes zoals broccoli en spinazie). Ook wordt aangeraden 2 keer per week vette vis te eten (of een extra omega-3 vetzuren supplement te nemen).

Ook wordt een voedingssupplement aangeraden bij bepaalde verder gevorderde vormen van droge maculadegeneratie (volgens de AREDS-2 formule). Bespreek dit met uw oogarts.

Aangezien droge maculadegeneratie een grote oorzaak van slechtziendheid is bij ouderen en er nog geen effectieve behandeling bestaat, wordt wereldwijd veel onderzoek gedaan naar deze ziekte. Ook in het ETZ lopen regelmatig klinische onderzoeken met nieuwe medicatie. Uw oogarts bespreekt deze met u, als u daar voor in aanmerking komt.

Behandeling van patiënten met de natte vorm van maculadegeneratie gaat doormiddel van ooginjecties met een vasculaire endotheliale groeifactor (VEGF)-remmer. VEGF-remmers zorgen ervoor dat er minder nieuwe bloedvaten gevormd worden, dat er minder vaatlekkage is en dat de ernst van ontstekingsprocessen in het netvlies afneemt.

Mocht u nog meer informatie willen over droge maculadegeneratie, adviseren wij de website www.oogartsen.nl te bezoeken.