



දෘෂ්ටිය සෞඛ්‍යය

දකුණු ආසියානු ජනතාව ඉඳහිටින පාරාසාහාර ආහාර සම්ප්‍රදායන් සහ 2 වන වර්ගයේ සීනි රෝගයේ වැඩි ප්‍රවණතාවය හේතුවෙන් ඇස් රෝග වලට එරෙහි වඩාත්ම අවදානමක් ඇත. එම රෝගය වයබටික් රටිනොපැනි සහ අන්ධතාවයට මඟ පෙන්වන්නෙයි. ඇස් සත්කාර වලට සීමිත ප්‍රවේශය හේතුවෙන් නිරීක්ෂණ සහ ප්‍රතිකාරය ප්‍රමාදවී යන්නක් ඇත. තවද, මෙම ජනතාවේ වයස්ගත වීම කැටරැක්ට් සහ අන්ය දෘෂ්ටි හැරවීමේ තත්වයන් ඇති වීමට ඇති සම්බන්ධතාවය වැඩි කරයි. මෙම සියලුම හේතුන් මත, ඔබේ ඇස් සෞඛ්‍යය පිළිබඳ සජීවී ක්රියාමාර්ග ගන්නා ලෙස ඔබව උවමනා කරනවා.

දකුණු ආසියානු ජනතාවට පිළිබඳ සලකා බලන පොදු ඇස් ගැටලු

1 කැටරැක්ට්

ඇස්හි මැගිති කාට(lens) එකක් වීම මැති වී සිටින දෘෂ්ටි මතකයේ හෝ අඳුරු දෘෂ්ටි ඇති කරයි. දකුණු ආසියානු ජනතාව අතර ඉහළ සුර්ය ආලෝක ප්රචාර සහ වැඩි සීනි රෝගය අනුපාතය හේතුවෙන් මෙම ගැටලුව සාමාන්ය වේ.

2 ඇසට සීනි රෝගය

සීනි රෝගය නොසැලකිලිමත් ලෙස ප්රතිකාර නොකළහොත්, ඇස්හි රුධිර නාලිකාවන්ට හානියට පත්වීම හේතුවෙන් දකුණු ආසියානු ජනතාව අන්ධත්වයට පත්වීමට ඉහළ අවදානමක් ඇත.

3 ග්ලෝකෝමා

ඇස්වල නසකයට උසස් පීඩනයක් දී හානියක් ඇති වීම, බොහෝ විට ලක්ෂණ නොතිබී දෘෂ්ටි අහිමි වනතුරු. දකුණු ආසියානු ජනතාවට මෙයට වඩාත්ම අවදානමක් ඇත.

4 වයසට සම්බන්ධ මැකිලර් විකෘතිය

වයසගත වීම සමග මූලික දෘෂ්ටිට හානියක් කිරීමේ අයුතු මැකිලර් විකෘතිය (AMD) දකුණු ආසියානු ජනතාව අතර දිගු ජීවිත කාලයක් ඇතිවීම හේතුවෙන් වැඩි වෙමින් පවතී.

5 දෘෂ්ටි සන්තරණ දෝෂ (ඉදිරියට පෙනීමේ දුෂ්කරතාවය)

ඉදිරියට පෙනීමේ දුෂ්කරතාවය, මැති වූ දෘෂ්ටි ඇති කරයි, බොහෝ විට ළමා වයස තුළ ආරම්භ වෙයි සහ දකුණු ආසියානු ජනතාව අතර සාමාන්ය වේ.

6 පටෙරිජියම් (PTERYGIUM)

ඇස්වල අසාධාරණ වර්ධනයක්, බොහෝ සුර්ය ආලෝක ප්රචාරය මඟින් ඇතිවන, ගම්මානික සහ සුර්ය ආලෝකය වැඩි ප්රදේශවල සාමාන්ය වේ.



විවිධ ඇස්
සෞඛ්‍ය

සපයන්නන්
අතර
වෙනස්කම්
කුමක්ද?

අක්ෂිමය වදය

ඇස් පරීක්ෂණ සැපයුම්,
කන්නෑ/කොන්ටැක්ට්
මිනිස් යෝජනා කිරීම සහ
සමහර ඇස් රෝග
ප්රතිකාර කිරීම

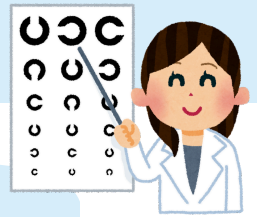
අක්ෂිම රෝග
විශේෂඥයා

සියලු ඇස් රෝග ප්රතිකාර
කරන සහ සැත්කම් කරන
වෛද්යවරයෙකි

දෘෂ්ටි විශේෂඥයා

පෙරහන් මත කන්නෑ/
කොන්ටැක්ට් මිනිස්
පළඳවා සහ බෙදා
හරිනවා.

ඔක්කෝ පත්ර බලා පෑන කන්නෑ තේරීම



ඔබගේ පෙරහන් තීරණය කරන්න

- OTC කන්නෑ: සාමාන්ය කියවීමේ අවශ්‍යතා සඳහා හොඳයි (+1.00 සිට +3.50 දක්වා).
- පෙරහන් කන්නෑ: අස්ථිගමටස්මය හෝ වෙනස් පෙරහන් අවශ්‍ය වීමේදී අවශ්‍යයි.



ලෙන්ස් බලය තේරීම

- අඩු අගය සමඟ ආරම්භ කරන්න: +1.00 වලින් ආරම්භ කරන්න, අවශ්‍ය නම් අනුකූල කරන්න.
- ආරම්භ කිරීමේ පරීක්ෂාව: ඔබට පහසුවෙන් කියවිය හැකි බව පරීක්ෂා කරන්න.



සුදුසු ෆ්‍රේමය තේරීම

- ආරැකව: හොඳින් ගැලපෙන ෆ්‍රේමය තේරීම.
- රටාව: ඔබේ රටාව ප්‍රතිඵල කරන ෆ්‍රේමය තේරීම.



මිලදී ගැනීමට පෙර පරීක්ෂා කරන්න

- කියවීමේ ද්රවය හසුරුවන්න: ඔබට බොහෝ වේලා කියවීමට අවශ්‍ය වන ද්රවය සමඟ ඒවා පරීක්ෂා කරන්න.
- පාර්ශ්ව දෘෂ්ටි පරීක්ෂා කරන්න: පාර්ශ්ව දෘෂ්ටි පැහැදිලි බවට විශ්වාස කරන්න

ඔබේ වෛද්යවරයාට කවදා පෙනී යන්නෙයි

ක්රමවත් ඇස් රෝග ලක්ෂණ බලා සිටීම, ඔබට සම්බන්ධිත ගැටලු වේලාවට පෙර හඳුනා ගැනීමට සහාය විය හැක.

- අස්ථිතික හෝ ද්විකෝණික දෘෂ්ටි
- පේෂීන් සහ දීමනාවන් වැඩීම
- කඩිනම් හෝ දිගුකාලීන ඇස් රෝග විශාල පීඩා
- රතු හෝ පොෂ්ඨික වූ ඇස්
- දේහ තද කිරීමක් හෝ අයුරුණික තෙත් ඇස්
- රෑ කාලයේ දෘෂ්ටි දැක්වීමේ අපහසුතා
- ආලෝක සංවේදීතාව
- ඇස් වල පවත්නා සුළු තෙම්ම
- අසමතුලිත පූජිලා හෝ පාට වෙනස්වීම

ඔබ පෙන්වා ඇති කිසිදු ලක්ෂණයකට මුහුණපානවානම්, වහාම ඔබේ සෞඛ්ය සේවා සැපයුම්කරු වෙත සම්බන්ධ වන්න.



OHIP විසින් ආවරණය කරනු ලබන දේ මොනවාද?

වයස අවුරුදු 19 සහ පහත සඳහා:

- සම්පූර්ණ ඇස් පරීක්ෂාවක් වසරකට වරක් ආවරණය වේ
- අර්ධ පරීක්ෂා: විශේෂ ඇස් ගැටළු සඳහා (උදාහරණයක් ලෙස, ආසාදන) ආවරණය වේ

සටහන: වෙනත් නෙත් විශේෂඥයෙකුගේ වෘත්තාකාරී තහවුරු කිරීම සඳහා කරන පරීක්ෂණ OHIP විසින් ආවරණය නොවේ

වයස අවුරුදු 20-64 සඳහා:

පහත රෝග සඳහා නිර්ණය වී ඇත්නම් වාර්ෂික සම්පූර්ණ ඇස් පරීක්ෂාවක් ආවරණය වේ:

- දියවැඩියාව (Diabetes)
- ග්ලෝකෝමා (Glaucoma)
- කැටරැක්ට් (Cataracts)
- බලාකාරක රෝග (Retinal Disease)
- අඩක්පෙනි රෝග (Corneal Disease)
- දෘෂ්ටි ස්නායු මාර්ග රෝග (Optic Nerve Pathway Disease)
- යූව්අයිටිස් (Uveitis)
- විශේෂ ඖෂධ කිහිපයක් (උදාහරණයක් ලෙස ක්ලෝරෝක්වින් (Chloroquine), හයිඩ්රොක්සික්ලෝරෝක්වින් (Hydroxychloroquine), ඇතම්බුටෝල් (Ethambutol), ටැමොක්සිෆෙන් (Tamoxifen))
- අකස්සින් පැනෙන ඇස් වියතිරේකය
- අවසර ලැබෙන තත්ව සඳහා වාර්ෂිකව පරීක්ෂා 2ක් දක්වා

අවසර ලැබෙන තත්ව සඳහා වාර්ෂිකව උප පරීක්ෂා 2ක් දක්වා

වයස අවුරුදු 65ට වැඩි අය සඳහා:

නිර්ණය වී ඇත්නම් වාර්ෂික සම්පූර්ණ ඇස් පරීක්ෂාවන් OHIP විසින් ආවරණය කරයි

වාර්ෂික සම්පූර්ණ ඇස් පරීක්ෂාව OHIP විසින් ආවරණය කරනු ලබන්නේ පහත තත්ව සඳහාය:

- දියවැඩියාව
- ග්ලෝකෝමා
- කැටරැක්ට්
- බලාකාරක රෝග
- අඩක්පෙනි රෝග
- දෘෂ්ටි ස්නායු මාර්ග රෝග
- යූව්අයිටිස්
- ක්ලෝරෝක්වින්, හයිඩ්රොක්සික්ලෝරෝක්වින්, ඇතම්බුටෝල්, ටැමොක්සිෆෙන් වැනි ඖෂධ
- අකස්සින් පැනෙන ඇස් වියතිරේකය (නව රෝගීන්)

ඇස් පරීක්ෂාව (සැරයක් සෑම මාස 18කට): දැකුම්මට තර්ජනයක් නොවන තත්වයන් සඳහා.

අර්ධ පරීක්ෂා: පරීක්ෂා අතර වාර 2ක් දක්වා (උදාහරණයක් ලෙස, ග්ලෝකෝමා පීඩන පරීක්ෂා)

සහායයින් කිහිප දෙනෙකුට ඔවුන්ගේ ඖෂධ හෝ ඇස්බෑග් සඳහා වඩාත් උසස් සෞඛ්ය සත්කාර වියදම් ඇතිවිය හැකිය. වැඩි විස්තර හා මූල්‍ය සහාය ලබා ගැනීමේ ක්රම සඳහා ඔබගේ සෞඛ්ය සේවා සැපයුම්කරු සමඟ කතා කරන්න.

අන්තර්ජාල සම්පත්

Fighting Blindness Canada

- දැකුම්ම අහිමි වීම වැළැක්වීම, නවීන ගවේෂණ සහාය දීම, හා ඇස් සෞඛ්ය කළමනාකරණය සඳහා අවශ්ය සම්පත් සොයා ගැනීම පිළිබඳ වැඩිදුර තොරතුරු ලබා ගැනීමට මෙම වෙබ් අඩවිය වෙත පිවිසෙන්න

Ontario - What OHIP Covers

- OHIP ආවරණය කරන ඇස් සත්කාර සේවාවන්, සුදුසුකම් මාර්ගෝපදේශ සහ ඔන්ටාරියෝ හි රක්ෂිත දැකුම්ම සත්කාර සේවාවන් ලබා ගැනීමේ ක්රම පිළිබඳ වැඩිදුර දැන ගැනීමට මෙම වෙබ් අඩවිය වෙත පිවිසෙන්න.