

## Cures de la visió durant l'embaràs

Des del Servei d'Oftalmologia de l'Hospital Universitari General de Catalunya, OMIQ, ens traslladen alguns consells sobre la visió durant l'embaràs. La salut de la mare és tan important com la del bebè en els mesos de gestació i per això, els oftalmòlegs de l'Hospital contribueixen amb les seves aportacions perquè les nostres pacients gestants mantinguin una perfecta cura dels seus ulls.

### **Mantenir la sequedat ocular a ratlla**

Amb freqüència, durant l'embaràs és habitual notar una certa sensació de sequedat als ulls a causa d'una disminució de la secreció lacrimal. És causada per les fluctuacions hormonals. A més, amb l'ull sec augmenta la predisposició a patir infeccions com a conjuntivitis o queratitis, a causa d'una menor qualitat de la llàgrima.

Es tracta d'una molèstia que segurament desapareixerà després del part, però des de l'OMIQ aconsellen substituir les lents de contacte temporalment per ulleres. També serà de gran ajuda l'administració d'un col·liri lubricant.

### **Protegir-se de l'augment de la sensibilitat ocular**

Moltes embarassades experimenten un augment de la sensibilitat a la llum. Aquesta molèstia es pot veure agreujada per les migranyes, que també són més freqüents en les futures mares. Per a millorar aquesta molèstia ens proposen l'ús de lents de protecció ultraviolada adequades.

### **Alleujar la inflor de les parpelles**

Algunes embarassades pateixen inflor a les parpelles als matins provocada pels canvis hormonals. Per a alleujar-la suggereixen remeis naturals casolans com col·locar als ulls compreses de camamilla o d'aigua fresca.

### **Revisar les diòptries**

Durant el període de gestació es produeix un augment del gruix de la còrnia, que pot traduir-se en un lleu augment de les diòptries, especialment en les dones que tenen miopia. Però fins i tot aquelles que mai han tingut problemes visuals poden arribar a experimentar una mica de miopia que, generalment, torna als valors anteriors després de la lactància. Per aquest motiu, és recomanable revisar la vista de tant en tant i mai canviar la graduació durant aquests mesos d'embaràs i lactància ni operar-se de cirurgia refractiva.

Les dones amb miopies mitjanes i elevades han de tenir especial cura i portar un seguiment més exhaustiu de la seva visió. La revisió ha d'incloure el fons d'ull per a evitar qualsevol complicació. Per això, els ginecòlegs insisteixen que les dones embarassades amb miopia -fins i tot les que s'han sotmès a una cirurgia refractiva- acudeixin a una revisió oftalmològica. Això determinarà l'estat de l'ull i, si és necessari, decantar-se per una mena de part o un altre.

## Cures de la visió durant l'embaràs

### Controlar la pressió intraocular

Durant el període de gestació, pot disminuir també la pressió intraocular. Les dones amb glaucoma o antecedents d'aquesta patologia, amb hipertensió o diabetis han de tenir especial cura. Si es percep una disminució significativa de la visió, és recomanable acudir a l'oftalmòleg com més aviat millor.

En definitiva, totes les dones embarassades haurien de fer-se un control oftalmològic del fons d'ull al llarg de tot l'embaràs per a prevenir possibles complicacions derivades d'aquest.

### Sobre Quirónsalud

Quirónsalud és el grup hospitalari líder a Espanya i, juntament amb la seva matriu Fresenius-Helios, també a Europa. Compta amb més de 40.000 professionals en més de 125 centres sanitaris, entre els quals es troben 50 hospitals que ofereixen prop de 7.000 llits hospitalaris. Disposa de la tecnologia més avançada i d'un gran equip de professionals altament especialitzats i de prestigi internacional. Entre els seus centres, es troben a l'Hospital Universitari Fundació Jiménez Díaz, Centre Mèdic Teknon, Ruber Internacional, Hospital Universitari Quirónsalud Madrid, Hospital Quirónsalud Barcelona, Hospital Universitari Dexeus, Policlínica de Guipúscoa, Hospital Universitari General de Catalunya, Hospital Quirónsalud Sagrat Cor, etc.

El Grup treballa en la promoció de la docència (vuit dels seus hospitals són universitaris) i la investigació mèdic-científica (compta amb l'Institut d'Investigació Sanitària de la FJD, acreditat per la Secretaria d'Estat d'Investigació, Desenvolupament i Innovació).

Així mateix, el seu servei assistencial està organitzat en unitats i xarxes transversals que permeten optimitzar l'experiència acumulada en els diferents centres i la translació clínica de les seves investigacions. Actualment, Quirónsalud està desenvolupant multitud de projectes d'investigació a tot Espanya i molts dels seus centres realitzen en aquest àmbit una feina puntera, sent pioners en diferents especialitats com oncologia, cardiologia, endocrinologia, ginecologia i neurologia, entre d'altres.

Per més informació:  
Comunicació  
Pilar Rosas  
93 587 93 93  
65 681 16 45