

«Βλέπω Όσα Αγαπώ!»

Εκστρατεία ενημέρωσης για την Ηλικιακή Εκφύλιση Ωχράς Κηλίδας,
υπό την αιγίδα της Ελληνικής Εταιρείας Υαλοειδούς-Αμφιβληστροειδούς
και την υποστήριξη της BAUSCH Health

Η **BAUSCH Health Hellas**, μία κορυφαία φαρμακευτική εταιρεία στην υγεία των ματιών με προϊόντα κάτω από την ομπρέλα της Bausch+Lomb, με 168 χρόνια καινοτομίας στον χώρο της οφθαλμολογίας, υλοποιεί εκστρατεία ενημέρωσης κοινού, για την Ηλικιακή Εκφύλιση της Ωχράς Κηλίδας, με τίτλο **«Βλέπω Όσα Αγαπώ»** (VLEPO OSA AGAPO). Η εκστρατεία θα πραγματοποιηθεί υπό την επιστημονική αιγίδα της Ελληνικής Εταιρείας Υαλοειδούς-Αμφιβληστροειδούς (www.gvrs.gr), με γνωστικό αντικείμενο τις παθήσεις του αμφιβληστροειδούς και της ωχράς κηλίδας, στην Ελλάδα.

Σχετικά με τη Ηλικιακή Εκφύλιση της Ωχράς Κηλίδας

Η Ηλικιακή Εκφύλιση Ωχράς Κηλίδας (ΗΕΩ) είναι η **κύρια αιτία μη αναστρέψιμης απώλειας όρασης, σε ολόκληρο τον ανεπτυγμένο κόσμο και στην Ελλάδα**. Η ασθένεια βλάπτει την κεντρική όραση και περιορίζει την ικανότητα ενός ατόμου να διαβάσει, να γράφει και να αναγνωρίζει πρόσωπα. Οι ηλικιωμένοι ασθενείς που δεν γνωρίζουν την ασθένεια αυτή, ενδέχεται να διατρέχουν κίνδυνο απώλειας όρασης.

Κατά κύριο λόγο, η Ηλικιακή Εκφύλιση Ωχράς Κηλίδας (ΗΕΩ) προσβάλλει άτομα μεγάλης ηλικίας. Το 2004, υπολογίστηκε ότι περίπου 1,75 εκατομμύρια άνθρωποι, ηλικίας 40 ετών και άνω, στις Ηνωμένες Πολιτείες, έχουν προχωρημένη ΗΕΩ. Η γήρανση είναι ο μεγαλύτερος παράγοντας κινδύνου¹.

Ο επιπολασμός της ΗΕΩ στις Ηνωμένες Πολιτείες αναμένεται να αυξηθεί στα 22 εκατομμύρια έως το έτος 2050, ενώ ο παγκόσμιος επιπολασμός αναμένεται να αυξηθεί σε 288 εκατομμύρια μέχρι το 2040².

Οι κυριότερες αίτιες που συμβάλλουν στην ανάπτυξη της ΗΕΩ, είναι η γήρανση, η κακή διατροφή, το κάπνισμα, η αρτηριακή υπέρταση, τα καρδιαγγειακά νοσήματα, τα χαμηλά επίπεδα αντιοξειδωτικών και η κληρονομικότητα. Η καρδιακή νόσος είναι ένας άλλος παράγοντας κινδύνου για την ανάπτυξη της ΗΕΩ, όπως και τα υψηλά επίπεδα χοληστερόλης. Οι Καυκάσιοι (λευκοί) έχουν επίσης αυξημένο κίνδυνο εμφάνισης ΗΕΩ³.

Εάν ο ασθενής είναι στα αρχικά στάδια της εκφύλισης της ωχράς κηλίδας που σχετίζεται με την ηλικία, ενδέχεται να μην έχει συμπτώματα. Το πρώτο σημάδι που μπορεί να παρατηρήσει είναι μια σταδιακή ή ξαφνική αλλαγή στην ποιότητα της όρασής του ή ότι οι ευθείες γραμμές εμφανίζονται παραμορφωμένες. Αυτό μπορεί σταδιακά να μετατραπεί σε δραματική απώλεια της κεντρικής όρασης. Άλλα συμπτώματα περιλαμβάνουν: σκούρες, θολές ή λευκές περιοχές που εμφανίζονται στο κέντρο της όρασης. Σε σπάνιες περιπτώσεις, ο ασθενής μπορεί να έχει μια αλλαγή στην αντίληψή του για το χρώμα.

Διάγνωση της ΗΕΩ⁴

Στα πρώτα στάδια της ΗΕΩ, ο ασθενής ενδέχεται να μην παρατηρήσει αλλαγές στα μάτια ή στην όρασή του. Όμως, μια έγκαιρη διάγνωση επιτρέπει την έγκαιρη θεραπεία. Πώς μπορεί λοιπόν, ο ασθενής να είναι σίγουρος ότι θα διαγνώσει την ασθένεια νωρίς, χωρίς αυτή να παρουσιάζει εμφανή συμπτώματα;

Η καλύτερη «άμυνα» είναι να πραγματοποιήσει μια ολοκληρωμένη εξέταση ματιών, ακόμα κι αν δεν χρειάζεται γυαλιά ή φακούς επαφής. Η Αμερικανική Ακαδημία Οφθαλμολογίας προτρέπει τους ενήλικες, χωρίς συμπτώματα, να κάνουν οφθαλμολογική εξέταση, τουλάχιστον έως την ηλικία των 40 ετών. Μετά την ηλικία των 65 ετών, είναι σημαντικό να κάνουν εξετάσεις, κάθε ένα έως δύο χρόνια. Όμως, δεν πρέπει να περιμένουν μέχρι την

ηλικία των 40, αν παρατηρήσουν προβλήματα με την όρασή τους ή έχουν δυσφορία στα μάτια.

Κατά τη διάρκεια της οφθαλμολογικής εξέτασης, ο οφθαλμίατρος μπορεί να ζητήσει από τον ασθενή να παρατηρήσει έναν πίνακα Amsler. Αυτός ο πίνακας βοηθά τον ασθενή να αντιληφθεί τυχόν θολές, παραμορφωμένες ή κενές κηλίδες στο οπτικό του πεδίο. Ο οφθαλμίατρος θα κοιτάξει, επίσης, μέσα στα μάτια του ασθενούς, μέσω ενός ειδικού φακού, ώστε να δει εάν υπάρχουν αλλαγές στον αμφιβληστροειδή και στην ωχρά κηλίδα.

Ο εκφυλισμός της ωχράς κηλίδας, που σχετίζεται με την ηλικία, είναι μία πάθηση του αμφιβληστροειδούς. Συμβαίνει όταν ένα μέρος του αμφιβληστροειδούς, που ονομάζεται ωχρά κηλίδα, παρουσιάζει αλλοιώσεις. Αν ο ασθενής πάσχει από κάποια όψιμη μορφή της νόσου, θα δυσκολεύεται, ή ακόμη και δεν θα μπορεί να δει λεπτομέρειες, όταν κοιτάζει κάτι κοντά ή μακριά. Όμως, η περιφερειακή (πλευρική) του όραση θα εξακολουθεί να είναι λειτουργική. Για παράδειγμα, όταν ένας ασθενής με ΗΕΩ κοιτάζει ένα ρολόι με δείκτες, μπορεί να δει τους αριθμούς του ρολογιού αλλά όχι τους δείκτες⁵.

Υπάρχουν δύο μορφές ΗΕΩ:

“Ξηρά” μορφή ΗΕΩ

Αυτή είναι η πιο συχνή μορφή. Περίπου το 80% (8 στα 10) των ατόμων που πάσχουν από ΗΕΩ έχουν την ξηρά μορφή. Η ξηρά ΗΕΩ συμβαίνει με την μακροχρόνια εναπόθεση πρωτεϊνών και λιπιδίων που δημιουργούν όζους, που μοιάζουν με κίτρινες κουκκίδες και ονομάζονται drusen. Οι μικρές ποσότητες drusen δεν προκαλούν συνήθως απώλεια όρασης, όσο όμως αυξάνουν σε αριθμό και επεκτείνονται, οδηγούν σε καταστροφή των φωτοευαίσθητων κυττάρων. Αυτό έχει ως αποτέλεσμα ο αμφιβληστροειδής να εμφανίζει ατροφία στην περιοχή της ωχράς κηλίδας. Οι βλάβες αυτές προκαλούν ένα σκοτεινό σημείο στο κέντρο της όρασης που, με την πάροδο του χρόνου, μπορεί να γίνει πιο εκτεταμένο. Στην ξηρά ΗΕΩ δεν υπάρχει θεραπευτική αγωγή, γι' αυτό συνιστάται η λήψη προληπτικών μέτρων και ο συχνός έλεγχος για ανίχνευση τυχόν αλλαγών στην όραση.

“Υγρά” μορφή ΗΕΩ

Η μορφή αυτή είναι η λιγότερο κοινή αλλά είναι πολύ πιο σοβαρή και συχνά προκαλεί απώλεια της κεντρικής όρασης. Η υγρή ΗΕΩ συμβαίνει όταν νέα, «αδύναμα» αιμοφόρα αγγεία αναπτύσσονται κάτω από τον αμφιβληστροειδή. Από αυτά τα αγγεία μπορεί να «διαρρεύσουν» αίμα ή άλλα υγρά. Η διαρροή αυτή δημιουργεί οίδημα και αλλοιώσεις που καταστρέφουν τα φωτοευαίσθητα κύτταρα της ωχράς κηλίδας επιφέροντας σταδιακή απώλεια της κεντρικής όρασης. Η όραση χάνεται πιο γρήγορα με την υγρή ΗΕΩ, παρά με τη ξηρή ΗΕΩ. Οι αντι-VEGF παράγοντες σταματούν την ανάπτυξη των νεοαγγείων, με συνέπεια να περιορίζεται η διαρροή υγρού και αίματος, και επιτυγχάνεται η διατήρηση ή και βελτίωση της όρασης.

Πολλοί άνθρωποι δεν συνειδητοποιούν ότι έχουν ΗΕΩ, έως ότου η όρασή τους είναι πολύ θολή. Γι' αυτό είναι σημαντικό ο ασθενής να πραγματοποιεί τακτικές επισκέψεις στον οφθαλμίατρο. Ο οφθαλμίατρος μπορεί να αναγνωρίσει τα πρώιμα συμπτώματα της ΗΕΩ προτού ο ασθενής αντιμετωπίσει προβλήματα με την όραση του⁵⁻¹⁰.

Η πρόληψη βοηθάει

Σε επίπεδο πρόληψης, τα καλά νέα είναι ότι η όραση μπορεί να προστατευθεί με έγκαιρες οφθαλμικές εξετάσεις ρουτίνας και συγκεκριμένες αλλαγές στον τρόπο ζωής. Οι αλλαγές στον τρόπο ζωής καθώς και κάποια εξειδικευμένα συμπληρώματα διατροφής θα μπορούσαν να βοηθήσουν τα άτομα με ΗΕΩ, μειώνοντας την πιθανότητα κινδύνου απώλειας της κεντρικής όρασης. Η κατανάλωση ορισμένων τροφίμων μπορεί να μειώσει τον κίνδυνο εκφύλισης της ωχράς κηλίδας. Μελέτες έχουν δείξει ότι τρόφιμα πλούσια σε ωμέγα-3 λιπαρά οξέα βοηθούν στην υγεία των ματιών. Μελέτες συνδέουν την κατανάλωση αυτών των τροφίμων με μειωμένο κίνδυνο ΗΕΩ. Άλλα θρεπτικά συστατικά που βοηθούν στην υγεία των ματιών είναι η λουτεΐνη, η ζεαξανθίνη, ο ψευδάργυρος και βιταμίνες, όπως η C και η E. Τα άτομα που πάσχουν από ηλικιακή εκφύλιση ωχράς κηλίδας (ΗΕΩ) μπορεί να επωφεληθούν από ένα συγκεκριμένο μείγμα βιταμινών και μεταλλικών στοιχείων. Η λήψη αυτών των συμπληρωμάτων διατροφής μπορεί να βοηθήσει στην επιβράδυνση της ΗΕΩ. Για παράδειγμα, το Εθνικό Ινστιτούτο Ματιών των ΗΠΑ (National Eye Institute) δημοσιοποίησε

τα ευρήματα της Μελέτης για την ΗΕΩ, την μελέτη AREDS. Τα αποτελέσματα της μελέτης αυτής έδειξαν ότι υψηλές δόσεις αντιοξειδωτικών, όπως βιταμίνης C, βιταμίνης E, μαζί με ψευδάργυρο, σε συνδυασμό με λουτεΐνη και ζεαξανθίνη μείωσαν τον κίνδυνο απώλειας όρασης σε ασθενείς με προχωρημένη ΗΕΩ. Στην Ελληνική αγορά, είναι διαθέσιμα συμπληρώματα διατροφής που περιέχουν αυτά τα συστατικά, βασιζόμενα σε μελέτες πάνω στην ΗΕΩ¹¹.

Ο στόχος της ενημερωτικής εκστρατείας «Βλέπω Όσα Αγαπώ»

Στόχος της εκστρατείας είναι η ενημέρωση και η ευαισθητοποίηση των πολιτών, σε θέματα που αφορούν στην Ηλικιακή Εκφύλιση της Ωχράς Κηλίδας (ΗΕΩ), η καλύτερη κατανόηση, η γνωστοποίηση των αιτίων της, η πρόληψη, η διάγνωση και η αντιμετώπιση της νόσου. Παράλληλα στοχεύει στην ανάδειξη της αξίας της πρόληψης και της αντιμετώπισης της πάθησης αλλά και στην παρότρυνση των ασθενών να επισκεφθούν έναν ειδικό Οφθαλμίατρο, να μιλήσουν για τα συμπτώματα που βιώνουν, ώστε, στη συνέχεια, να ενημερωθούν υπεύθυνα και να λάβουν τις κατάλληλες οδηγίες για την αποτελεσματική αντιμετώπιση της νόσου.

Η εκστρατεία ενημέρωσης «Βλέπω Όσα Αγαπώ» θα προβληθεί ευρέως, από διαφορετικά Μέσα ενημέρωσης, όπως η τηλεόραση, το ραδιόφωνο, ο έντυπος και ο ηλεκτρονικός Τύπος, καθώς και τα Μέσα κοινωνικής δικτύωσης, προκειμένου να διασφαλιστεί ότι τα μηνύματα της πρόληψης έναντι της ΗΕΩ, θα φτάσουν αποτελεσματικά στο γενικό κοινό στην Ελλάδα.

Κεντρικό επικοινωνιακό όχημα της εκστρατείας είναι ένα τηλεοπτικό και ραδιοφωνικό κοινωνικό μήνυμα, με πρωταγωνιστές ανθρώπους που μιλούν για τις καθημερινές αγαπημένες δραστηριότητες και ασχολίες τους αλλά και για σημαντικές στιγμές στην ζωή τους, που, παρόλα αυτά, δεν μπορούν να απολαύσουν, λόγω των προβλημάτων όρασης που αντιμετωπίζουν. Το τηλεοπτικό spot θα προβληθεί ως κοινωνικό μήνυμα σε πλήθος τηλεοπτικών σταθμών πανελλαδικής εμβέλειας και η εκστρατεία θα φιλοξενηθεί και σε

ψηφιακό περιβάλλον. Αντίστοιχα θα πραγματοποιηθεί η προβολή ραδιοφωνικού μηνύματος σε πλήθος ραδιοφωνικών σταθμών πανελλαδικής εμβέλειας.

Στη διάδοση του μηνύματος της εκστρατείας και την ολοκληρωμένη ενημέρωση του κοινού, η διαδικτυακή ιστοσελίδα www.vleroosaagaro.gr θα αποτελέσει σημαντικό εργαλείο διασποράς των κεντρικών μηνυμάτων της καμπάνιας και περιλαμβάνει πληροφορίες σχετικά με την ΗΕΩ. Ο επισκέπτης μπορεί να ενημερωθεί για τα συμπτώματα, την πρόληψη, τη διάγνωση και την αντιμετώπιση της ΗΕΩ.

Ο κ. Ιάκωβος Μιχαλίτσης, Γενικός Διευθυντής της BAUSCH Health Ελλάδος, Κύπρου & Μάλτας, αναφερόμενος στην ενημερωτική εκστρατεία «Βλέπω Όσα Αγαπώ», επεσήμανε σχετικά: *«Αναγνωρίζοντας υπεύθυνα το μέγεθος και τις συνέπειες της ΗΕΩ στην Υγεία των πολιτών στην Ελλάδα αλλά και τις κοινωνικές επιπτώσεις του προβλήματος, η BAUSCH Health Ελλάδας, υλοποιεί, για ακόμη μια φορά, μια ολοκληρωμένη και συνεκτική καμπάνια ενημέρωσης του ευρέως κοινού, με στόχο τη διάδοση σημαντικών μηνυμάτων, που αφορούν στην πρόληψη και στην αντιμετώπιση της νόσου, κατευθύνοντας πάντοτε τους ασθενείς σε υπεύθυνες πηγές ενημέρωσης, όπως στους ιατρούς και στους φαρμακοποιούς. Με γνώμονα την παροχή ολοκληρωμένης ενημέρωσης, και εκπληρώνοντας το μερίδιο του έργου που μας αναλογεί, καταβάλλουμε κάθε δυνατή προσπάθεια για την αναβάθμιση της δημόσιας Υγείας και της ποιότητας ζωής των πολιτών στη χώρα μας».*

Αναφερόμενη στην εκστρατεία, η κα Μαρία Νισκοπούλου, Πρόεδρος της Ελληνικής Εταιρείας Υαλοειδούς Αμφιβληστροειδούς (GVRS), τόνισε σχετικά: *«Η εκστρατεία “Βλέπω Όσα Αγαπώ” θα ενημερώσει το κοινό για μία πάθηση που μπορεί να έχει εξαιρετικά δυσμενή εξέλιξη για την όραση του ασθενούς. Η **ωχρά κηλίδα** είναι η κεντρική περιοχή του αμφιβληστροειδούς, δηλαδή του νευρικού χιτώνα του ματιού, υπεύθυνη για την οξεία όραση, τα χρώματα και την πρόσληψη των περισσότερων οπτικών ερεθισμάτων.*

Από τις πιο επιθετικές και συχνές παθήσεις που μπορεί να προσβάλλουν την ωχρά κηλίδα είναι η εκφύλιση της. Άτομα μεγαλύτερα των 50 ετών μπορεί ήδη να εμφανίζουν τα πρώτα

σημάδια της νόσου, με την επίπτωση να αυξάνει με την πρόοδο της ηλικίας και να φτάνει το 25-50% στους 85χρονους, και το 50-100% στους 90χρονους ασθενείς. Στην Ελλάδα, υπολογίζουμε ότι υπάρχουν πάνω από 30.000 πάσχοντες από την υγρή μορφή της νόσου που είναι η πιο επιθετική μορφή και μπορεί να οδηγήσει σε νομική τύφλωση, σε σχετικά σύντομο χρονικό διάστημα, χωρίς την κατάλληλη αγωγή.

Με την επιμήκυνση του προσδόκιμου επιβίωσης, η επίπτωση της ηλικιακής εκφύλισης της ωχράς κηλίδας αυξάνεται και συμβαίνει στο πλαίσιο της «φυσιολογικής» γήρανσης του οργανισμού. Επομένως, όλοι οι παράγοντες που είναι γνωστό ότι «επιταχύνουν» αυτές τις διαδικασίες γήρανσης, όπως το κάπνισμα, η υψηλή χοληστερόλη και γενικά ο **ανθυγιεινός τρόπος ζωής**, οδηγούν σε μεγαλύτερες πιθανότητες για την εμφάνιση ή την ταχύτερη εξέλιξη.

Ως πρόληψη, συστήνεται ο ετήσιος οφθαλμολογικός έλεγχος και η τακτική αυτο-εξέταση, ενώ μεγάλες επιστημονικές μελέτες (AREDS και AREDS II) έδειξαν ότι ασθενείς με μέτρια ηλικιακή εκφύλιση ξηρού τύπου στο ένα ή και στα δύο μάτια, ή προχωρημένη ξηρού ή υγρού τύπου στο ένα μόνο μάτι, μπορούν να μειώσουν τον κίνδυνο επιδείνωσης της νόσου λαμβάνοντας καθημερινά έναν συνδυασμό αντιοξειδωτικών παραγόντων, βιταμινών και ψευδαργύρου.

Η συνηθέστερη μορφή θεραπείας στην «υγρού τύπου» Ηλικιακή Εκφύλιση της Ωχράς Κηλίδας συνίσταται στη χορήγηση φαρμάκων που σταματούν την ανάπτυξη των παθολογικών νεοαγγείων, τα οποία χορηγούνται με τη μορφή ενδοβόλβιων ενέσεων και απαιτούν τακτική παρακολούθηση και αγωγή».

Για να αναζητήσετε περισσότερες πληροφορίες σχετικά με την Ηλικιακή Εκφύλιση Ωχράς Κηλίδας και την εκστρατεία ενημέρωσης κοινού «Βλέπω Όσα Αγαπώ», επισκεφθείτε την ιστοσελίδα www.vlepoosaagapo.gr.

Σχετικά με την BAUSCH Health Hellas

Η BAUSCH Health Ελλάδας αποτελεί μια σύγχρονη και καινοτόμο φαρμακευτική εταιρεία, η οποία ιδρύθηκε στην Ελληνική αγορά το 2005 και απασχολεί 74 εργαζόμενους συνολικά. Δραστηριοποιείται στον χώρο του συνταγογραφούμενου φαρμάκου σε ποικίλες θεραπευτικές κατηγορίες, των προϊόντων OTC & φαρμακείου, των ιατρικών εργαλείων και εξαρτημάτων, της επεμβατικής και μη επεμβατικής δερματολογίας και κοσμετολογίας, ενώ κατέχει ηγετική θέση στον χώρο της Οφθαλμολογίας, με προϊόντα όπως το συμπλήρωμα διατροφής για την Ηλικιακή Εκφύλιση Ωχράς κυλίδας Ocuvite, τα τεχνητά δάρκυμα Artelac και Vidilac, το κορτικοστεροειδές με αντιμικροβιακό Dexamytrex, το αντιφλεγμονώδες Yellox. Το όραμά μας στη “BAUSCH Health Ελλάδα” είναι να βελτιώνουμε τη ζωή των ανθρώπων, με τα κορυφαία προϊόντα Υγείας που διαθέτουμε, αλλά και να καταστήσουμε διαχρονικά ο έμπιστος συνεργάτης Υγείας.

Η εταιρεία ανήκει στον πολυεθνικό Όμιλο BAUSCH Health Companies Inc., με έδρα το Quebec του Καναδά και 22.000 υπαλλήλους παγκοσμίως, ενώ είναι εισηγμένη στα χρηματιστήρια της Νέας Υόρκης και του Τορόντο. Τα φαρμακευτικά σκευάσματα, ιατρικά εργαλεία και εξαρτήματα της BAUSCH Health, αποτελούν προϊόντα υψηλής ποιότητας, εξειδίκευσης και τεχνολογίας στο χώρο της Υγείας. Ορισμένα σημαντικά εμπορικά σήματα της εταιρείας μας είναι τα Biotrue®, Renu®, Niflamol®, Mysimba®, Procef®, Counterpain®, Ezixin®, Ocuvite®, Artelac® & Dexamytrex®.

Κάθε μέρα, 150 εκατομμύρια άνθρωποι εμπιστεύονται τα προϊόντα της BAUSCH Health, παγκοσμίως.

Σχετικά με την Ελληνική Εταιρεία Υαλοειδούς Αμφιβληστροειδούς (GVRS)

Η Εταιρεία (ΕΕΥΑ) είναι μία ένωση προσώπων που ασχολούνται επιστημονικώς ενεργά με τη χειρουργική, την έρευνα και την, εν γένει, ιατρική του υαλοειδούς και αμφιβληστροειδούς, χωρίς τοπικό χαρακτήρα. Η Εταιρεία προάγει την επιστημονική δραστηριότητα, σε σχέση με την έρευνα, τη διάγνωση και την αντιμετώπιση των παθήσεων των οπισθίων μορίων του οφθαλμού.

ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΥΑΛΟΕΙΔΟΥΣ-ΑΜΦΙΒΛΗΣΤΡΟΕΙΔΟΥΣ

Ορμινίου 5, 115 28, Αθήνα, +30.2107257823, info@gvrs.gr, www.gvrs.gr

Για περισσότερες πληροφορίες, παρακαλώ επικοινωνήστε με την κα Teresa De Luca, Pharma Marketing Manager, BAUSCH Health Hellas, e-mail Teresa.deluca@bauschhealth.com, tel. 210 81 00 460 ή με τον κ. Θανάση Χαλικιά, Product Manager, BAUSCH Health Hellas, e-mail thanasis.chalikias@bauschhealth.com, tel. 210 81 00 460

References

1. "Facts About Age-Related Macular Degeneration". National Eye Institute. June 2015. Archived from the original on 22 December 2015. Retrieved 21 December 2015.

2. GBD 2015 Disease and Injury Incidence and Prevalence Collaborators (October 2016). "Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 310 diseases and injuries, 1990-2015: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2015". *The Lancet*. 388 (10053): 1545–1602. doi:10.1016/S0140-6736(16)31678-6. PMC 5055577. PMID 27733282.
3. Vos, Theo et al. (August 2015). "Global, regional, and national incidence, prevalence, and years lived with disability for 301 acute and chronic diseases and injuries in 188 countries, 1990-2013: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2013". *The Lancet*. 386 (9995): 743–800. doi:10.1016/s0140-6736(15)60692-4. PMC 4561509. PMID 26063472.
4. Mehta S (September 2015). "Age-Related Macular Degeneration". *Primary Care*. 42 (3): 377–91. doi:10.1016/j.pop.2015.05.009. PMID 26319344.
5. "Age-related Macular Degeneration". 22 October 2013. Archived from the original on 2013-10-22. Retrieved 5 November 2018.
6. "Age-Related Macular Degeneration PPP - Updated 2015". American Academy of Ophthalmology. 2015-01-29. Retrieved 2018-11-13.
7. Roberts, DL (September 2006). "The First Year – Age Related Macular Degeneration". Marlowe & Company: 100.
8. Roberts, DL (September 2006). "The First Year – Age Related Macular Degeneration". Marlowe & Company: 20.
9. Cunningham J (March 2017). "Recognizing age-related macular degeneration in primary care". *JAAPA*. 30 (3): 18–22. doi:10.1097/01.jaa.0000512227.85313.05. PMID 28151737. S2CID 205396269.
10. Lim LS, Mitchell P, Seddon JM, Holz FG, Wong TY (May 2012). "Age-related macular degeneration". *The Lancet*. 379 (9827): 1728–38. doi:10.1016/S0140-6736(12)60282-7. PMID 22559899. S2CID 25049931.
11. Evans JR, Lawrenson JG (July 2017). "Antioxidant vitamin and mineral supplements for preventing age-related macular degeneration". *The Cochrane Database of Systematic Reviews*. 7: CD000253. doi:10.1002/14651858.CD000253.pub4. PMC 6483250. PMID 28756617.