PER VEDERE FATTI VEDERE:
COME CONVIVERE CON IL LADRO SILENZIOSO DELLA VISTA

di Angela Ganci - Psicologa psicoterapeuta, mediatrice familiare - angela.ganci@virgilio.it

Patologia legata al nervo ottico - che trasmette le immagini al cervello - il glaucoma, se non diagnosticato in tempo, conduce alla cecità.
Questo "ladro silenzioso della vista" colpisce soprattutto gli anziani e merita un'attenzione particolare tra gli ultrasessantenni che sono sei volte più a rischio di ammalarsi.

Una diagnosi precoce non è facile, poiché spesso i problemi di vista sono assenti, anche quando il danno è in corso ed è ancora reversibile: l'unico mezzo è, quindi, un'adeguata prevenzione, con controlli medici periodici, soprattutto, in caso di forti miopie e di diabete.
Al momento della diagnosi, solo quando, purtroppo, i danni sono chiaramente visibili all'esame medico, la prima reazione cui si assiste è un senso di stordimento e sconvolgimento. Questo stato d'animo è frutto, il più delle volte, della disinformazione e del timore di "sapere di più" e prendere consapevolezza del problema.

Come in ogni evento traumatico, si tende a non accettare il problema, per poi essere assaliti da sentimenti di depressione e disperazione: chi ha il glaucoma vive male con la sua "strana malattia", credendo di non essere capito da nessuno e, talvolta, colpevolizzando i familiari che, spesso, non sanno come aiutarlo.

Fortunatamente, non sono poche le strade che consentono di uscire da questa condizione che in genere conduce all'isolamento e ad un peggioramento dei sintomi.

Avere il glaucoma non significa, infatti, limitare la propria vita, ma seguire alcune semplici indicazioni.
Innanzitutto, un'adeguata informazione sui vari aspetti della malattia: come funziona l'occhio e perché si ammala, quali sono gli esami da fare, quali le terapie più aggiornate e gli indirizzi dei centri specializzati.
Saranno utili anche corrette indicazioni per l'alimentazione e lo sport.

Per uscire dalla condizione di "caso disperato" in cui ci si convince di trovarsi, è importante condividere le proprie ansie, soprattutto con altri pazienti con glaucoma e ricorrendo al volontariato.

Così come avviene per altre patologie (come l'anoressia nervosa o l'alcolismo), è possibile ricorrere anche a gruppi di auto-aiuto in cui esprimere le proprie emozioni: serve a trovare sollievo e sostegno in chi vive una situazione simile.

I pazienti con glaucoma hanno ancora una grande opportunità, far conoscere questa patologia a parenti e amici che sottovalutano l'importanza di sottoporsi a regolari visite presso un medico oculista, promuovendo la prevenzione e, così, favorendo una diagnosi precoce ed una terapia tempestiva.

Non si deve, inoltre, mai perdere la speranza che molto presto la ricerca scientifica possa trovare nuove terapie, o meglio, una cura risolutiva.