

GRØN STÆR

Nr. 48 · aug. 2018 · 24. årgang

# Glaukom



Medlemsblad for Dansk Glaukom Forening

Velkommen til en ny bestyrelse • Fire nyvalg på generalforsamlingen • Den nye formand har ordet • Stambordet: En helt nye måde at mødes på • Gå i dryppeskole • Vaida Havemoses: Om dagligdagen i min klinik • Kort og godt om stort og småt





## LEDER

# En ny bestyrelse, der er fyldt med energi og ideer!

### **Forsidebillede:**

*Lisa Marie Brorson,  
Henrik Worsøe og  
Kim Haaning*

Det har jo beklageligvis vist sig, at langt flere end før antaget har øjenssygdommen glaukom – mere folkeligt udtrykt som Grøn stær.

Der er et stort behov for en massiv oplysningskampagne omkring sygdommen og først og fremmest, hvordan man forebygger den og så tidligt som muligt konstaterer den og sætter en behandling i gang.

Derfor bliver der sandelig nok at tage fat på for den nye bestyrelse i Dansk Glaukom Forening.

Omkring 100.000 danskere anvender medicin mod Grøn stær, og der er således også god mening i, at vi gør en helhjertet indsats for at fortælle, at vi er en forening, der varetager denne patientgruppes interesser gennem et oplysningsarbejde i samarbejde med de læger, der arbejder med og forsker i sygdommen.

Vi må støtte de forskningsprojekter, der er rettet mod glaukom-sygdommen, og gøre vores

til, at samfundet også finder det rimeligt og relevant at støtte både oplysningsarbejdet og forskningen.

Den nye bestyrelse i Dansk Glaukom Forening har netop konstitueret sig, og jeg glæder mig meget til samarbejdet med mine nye bestyrelseskolleger, der allerede nu har vist, at de er sprængfyldte med energi og gode ideer. Vi bringer også her i bladet en omtale af de personer, som nu skal tegne foreningen.

Foreningen har næste år 25 års jubilæum, og det markerer vi bedst ved en styrket og fornyet indsats.

En af ideerne fra den nye bestyrelse er STAMBORDET, som vi lancerer i dette nummer af vores blad. Vi er i bestyrelsen enige om, at vi vil bruge mange kræfter for at skaffe nye medlemmer. Gennem lokale og regionale aktiviteter vil vi sikre at alle medlemmer får større nytte af foreningen. Vi er tilknyttet både nationale og internatio-

nale patientorganisationer, der varetager patienter med øjensygdommes interesser, og dette tværgående samarbejde ønsker vi at styrke.

Til kommunikationen fremadrettet vil vi gerne bede alle medlemmer om at bekræfte deres e-mail adresse. Dette gøres ved en kort besked til [post@glaukom.dk](mailto:post@glaukom.dk).

Med mange nye opgaver foran os vil vi også gerne opfordre alle der kan og ønsker at hjælpe i foreningen til at række hånden op. Man kan melde sig som interesseret frivillig hos undertegnede ved at sende en e-mail til [khaaning@hotmail.com](mailto:khaaning@hotmail.com). Når der således er specifikke opgaver, vil listen af frivillige blive spurgt.

På vegne af bestyrelsen takker vi for tilliden, og håber at kunne skabe en stærkere forening til gavn for flere.

*De bedste hilsner  
Kim Haaning*

## NYT TILTAG

# STAMBORD

Har du selv eller måske et nært familiemedlem Grøn Stær, er du præcis den person, vi gerne vil tale med.

Dansk Glaukom Forening starter nu et nyt tiltag op for at give eksisterende og nye medlemmer bedre mulighed for deling af erfaringer og et øget netværk af ligesindede. Tiltaget kaldes Stambord og sigter efter at skabe flere lokale møder, således at der også opnås en bedre dækning af hele landet. Stambordsmøderne forventes at være uformelle fyraftensmøder.

På møderne kan patienter og pårørende udveksle tanker omkring det at leve med en kronisk øjensygdom. Deling af løsninger og erfaringer med hjælpemidler, der kan lette hverdagen, kan også meget vel være en del af samtalen. Eller måske er det noget helt andet, man har behov for at snakke om.

For at sætte dette op har vi brug for Stambords-værter på tværs af landet. Værtens opgave er først og fremmest at arrangere stedet, et fast sted to-tre gange om året, og være med på aftenen. Vi vil selvfølgelig være behjælpelig til at komme godt i gang.

Har netop du en ide til, hvor sådanne regelmæssige møder kan holdes – måske i den by hvor du bor eller i nærheden – hører jeg meget gerne fra dig snarest. Du kan kontakte mig enten på tlf. 21773429 eller via mail: [leifing@nielsen.mail.dk](mailto:leifing@nielsen.mail.dk)

Vi håber at høre fra rigtig mange, da mange har udtrykt ønske om at tale med andre i samme situation.

Linda Leifing Nielsen  
Provinskoordinator

# Bestyrelsens beretning for året 2017

Dansk Glaukom Forening har i 2018 eksisteret i 24 år. Vi har i nogle år prøvet at få yngre medlemmer gjort interesserede i bestyrelsesarbejdet, da de fleste bestyrelsesmedlemmer er kommet noget op i årene og har været med i arbejdet de sidste 10-20 år. Så vi trænger til fornyelse. Ved forrige generalforsamling lykkedes det at få valgt to yngre personer til bestyrelsen, nemlig Nia Malene Martin og Hanne Skorstengaard Larsen. Desværre forlod de bestyrelsen i december måned af personlige årsager med øjeblikkelig virkning. Derfor har vi i januar på Facebook og pr. skrivelse til alle medlemmer efterlyst personer, som har lyst til at være med til at bringe foreningen godt videre. Det har heldigvis båret frugt. 4 personer har vist interesse.

## **Medlemsarrangementer i året 2017**

Den 2. marts havde vi besøg hos Novartis af overlæge, professor Steffen Heegaard. Steffen Heegaard arbejder på Rigshospitalet, Glostrup Hospital, og er

specialist i tørre øjne. Han fortalte os om nogle af årsagerne til tørre øjne, og hvordan man kan afhjælpe nogle af generne. Der var stor spørgelyst, og der blev givet mange gode brugbare svar.

Den 25. april holdt vi kombineret generalforsamling og medlemsmøde. Efter en kort og velgennemført generalforsamling samt kaffepause var der to patientberetninger på programmet. Her fortalte Anders Christensen og Nia Malene Martin deres historier om, hvordan de lever med Glaukom for at få den bedst mulige livskvalitet.

Den 11. november blev der afholdt et heldagsmøde med frokost på Hotel Hedegården i Vejle.

Det var lykkedes igen at få overlæge, professor Steffen Heegaard til at komme og holde foredrag om tørre øjne, ligesom han havde gjort i København om foråret. Også i Vejle var der stor spørgelyst.

Efter frokosten gentog Nia Male-  
ne Martin sin patienthistorie fra  
mødet i København.

### **Medlemsbladet**

Referater fra de nævnte med-  
lemsmøder findes i bladene nr.  
45 oktober 2017 og nr. 47 marts  
2018. Desværre er der sket en  
fejl i nummerrækken af bladet,  
således at nr. 46 fejlagtigt er  
sprunget over, og i stedet er der  
to nr. 45, dateret henholdsvis  
april 2017 og oktober 2017.

Vi bestræber os på at gøre re-  
feraterne så fyldige som muligt,  
så også de medlemmer, der ikke  
kan deltage i møderne, alligevel  
får del i de mange gode infor-  
mationer.

Vi vil dog fortsat gerne have  
indlæg fra jer medlemmer bl.a.  
om jeres hverdag eller andre  
oplevelser. I den anledning siger  
vi tak til Flemming Rasmussen  
for hans mærkelige Glaukom-  
patienthistorie, som vi har mod-  
taget, og som kan læses i blad  
nr. 47 marts 2018.

### **Hjemmesiden**

Desværre har hjemmesiden væ-  
ret nede i lang tid, og bestyrel-  
sen har haft store vanskelighe-  
der med at få den til at fungere.  
Vi håber på at få styr på den  
inden længe.

### **Facebook**

Foreningen er også på Facebook  
og har ca. 125 følgere. Her kan  
man søge information, deltage i  
debatter og lægge synspunkter  
frem. Da vores hjemmeside har  
været nede, har vi været me-  
get glade for at kunne komme  
i forbindelse med nogle af vore  
medlemmer ad denne vej.

### **Psykologbistand**

Cand.Psych. Ella Bennetzen har  
tefontid hver torsdag kl. 10-12.  
Her kan medlemmer og pårø-  
rende ringe og få en snak om  
foreningen og mere personlige  
sager. Dette bliver meget brugt  
både af patienter og pårørende.

### **Bestyrelsesmøder**

For at kunne planlægge og ud-  
føre disse aktiviteter har vi holdt  
6 bestyrelsesmøder i 2017, lige-  
som vi har mailet en hel del  
sammen. De 3 af møderne er  
startet med kuvertering og fran-  
kering af indbydelser til med-  
lemmerne. Møderne bruges også  
til redigering af medlemsbladet.

Det er en stor hjælp og bespa-  
relse for os, at så mange af jer  
kan modtage indbydelser via  
mails.

### **Andre aktiviteter**

Udover medlemsmøderne har  
foreningen deltaget i Nordic

Glaucoma Congress, der blev afholdt den 29.-30. september på Hotel Comwell i Roskilde. Det var en kongres, hvor øjenlæger, forskere, medicinalfirmaer og andre firmaer med produkter relateret til glaukombehandling samt de nordiske glaukomforeninger, havde mulighed for at deltage. Fra Dansk Glaukom Forening deltog den daværende formand Nia Malene Martin og næstformand Hanne Skorsten-gaard Larsen.

Som nævnt i blad nr. 45 oktober 2017 har foreningen fået en rabataftale hos nogle udvalgte specialoptikere. Der er foreløbigt lavet aftale med 4 specialoptikere, og vi vil arbejde videre på at lave aftaler med flere, fordelt rundt i landet. Der er rabat på 13% ved køb af briller, linser eller øjenprodukter. De 4 specialoptikere er: Lyngby Special Optik ApS, Kgs. Lyngby, Bjørns Briller, Asnæs, Zoffmann Optik, Fredericia, og Brillecentrum, Frederiksværk.

Den populære folder "Har en af dine forældre eller søskende grøn stær" rekvireres af mange øjenklinikker over hele landet.

Patientvideoen "Jeg har fået grøn stær: Hvad nu", kan rekvireres gratis af medlemmerne.

## **Tak**

Tak til alle jer medlemmer for breve, mails, støtte og samtaler i årets løb. Vi er glade for, at så mange har givet jeres mailadresse til os, så vi i fremtiden kan spare den dyre porto. Vi vil samtidig bede alle, som endnu ikke har opgivet deres mailadresse, til at sende den til foreningen.

Bestyrelsen vil også her rette en stor tak til vore foredragsholdere, der så villigt øser af deres viden og erfaringer til gavn for os.

Der skal lyde en tak til vor sponsor Novartis. Deres støtte og hjælp er helt nødvendig for at kunne opretholde vore aktiviteter.

En stor tak skal også lyde til vores meget aktive provinskoordinator Linda Leifing Nielsen.

På bestyrelsens vegne  
Eva Munnecke,  
bestyrelsesmedlem

**Referat af Ordinær  
generalforsamling i  
Dansk Glaukom Fore-  
ning for patienter og  
pårørende lørdag den  
21. april 2018 Scandic  
Eremitagen, Lyngby**



*Anders Christensen og Vaida Havemose  
gav gode råd på generalforsamlingen.*

# Årets generalforsamling!

## **1) Valg af dirigent**

Anders Christensen blev valgt til dirigent. Dirigenten konstaterede, at generalforsamlingen var lovligt indvarslet iflg. vedtægterne.

## **2) Valg af referent**

Bestyrelsessuppleant Else Christensen blev enstemmigt valgt.

## **3) Bestyrelsens beretning om foreningens virksomhed i det forgangne år**

Dirigenten gav ordet til bestyrelsesmedlem Eva Munnecke, der berettede om foreningens virksomhed i 2017.

Dirigenten takkede for beretningen og spurgte, om der var spørgsmål eller kommentarer til beretningen. Herefter blev beretningen godkendt. Den kan læses andet steds i bladet.

## **4) Forelæggelse og godkendelse af revideret regnskab**

Foreningens kasserer Mogens Bang gennemgik regnskabet, som var udsendt sammen med indkaldelsen i blad nr. 47.

Der var ingen spørgsmål til regnskabet. Herefter blev regnskabet godkendt.

## **5) Forslag fra bestyrelsen og diverse ad hoc udvalg**

Der var ingen forslag fra bestyrelsen.

## **6) Medlemsforslag, som skriftligt er meddelt formanden senest 1 uge før generalforsamlingen**

Der var ingen forslag fra medlemmerne.

## **7) Fastsættelse af kontingent**

Bestyrelsen foreslog uændret kontingent kr. 150,-. Forslaget blev enstemmigt vedtaget.





*Der var et fint fremmøde til generalforsamlingen på Scandic Eremitagen.*

### **8) Valg til bestyrelsen samt suppleanter**

Hans Wernøe udtræder af bestyrelsen. Han takkes for sin indsats som næstformand gennem mange år. Mogens Bang takkes for flere års kassererarbejde. Han fortsætter som konsulent.

### **Følgende bestyrelsesmedlemmer var på valg for en to-årig periode:**

Lise Bredahl, var villig til genvalg.  
Inge Ploug, var villig til genvalg.  
De blev alle valgt til bestyrelsen.

### **Nyvalg til bestyrelsen:**

Bestyrelsen foreslog  
Kim Haaning  
Henrik Worsøe  
Lisa Marie Brorson  
De blev alle nyvalgt til bestyrelsen.

### **Valg af 1 suppleant for en to-årig periode:**

Niels Lindén blev nyvalgt til suppleant.

### **9) Valg af revisor**

Bestyrelsen foreslog statsaut. revisor Birgit Sode fra RIR.REVISION, som var villig til genvalg.  
Birgit Sode blev valgt.

### **10) Eventuelt**

Der blev spurgt til foreningens fremtid. Hvad gør vi for at øge medlems-tallet? Skal vi søge efter samarbejds-partnere? Hvordan skaffer vi nye sponsorer? Reklamer i bladet? Ny velfungerende hjemmeside og facebook profil?

Der er nok at tage fat på for den nye bestyrelse!

Dirigenten takkede for god ro og orden, og erklærede generalforsamlingen for afsluttet.

For referat  
Else Christensen

# Friske kræfter til foreningens bestyrelse!



## **KIM HAANING**

Formand

Dansk Glaukom Forening har på sin generalforsamling indvalgt tre nye medlemmer i bestyrelsen.

Det drejer sig om Lisa Marie Brorson, Kim Haaning, Henrik Worsøe. Der var genvalg til Lise Bredahl og Inge Ploug. Nyvalgt suppleant blev Niels Lindén.

På et efterfølgende bestyrelsesmøde konstituerede bestyrelsen sig med Kim Haaning som formand, Henrik Worsøe som næstformand, mens Lisa Marie Brorson skal tage sig af foreningens kommunikation, fortrinsvis på Facebook, ny hjemmeside og andre elektroniske medier. Den nye suppleant Niels Lindén knyttes til medlemsbladet og bistår den øvrige bestyrelse med kommunikative opgaver.

Bestyrelsen har fortsat et tæt samarbejde med foreningens provinskoordinator Linda Leifing Nielsen og hendes ægtefælle Poul Nielsen, der fra deres hovedkvarter i Herning tager sig af mødevirksomhed og funktionen som foreningens postmester.

Foreningens nye formand, Kim Haaning fortæller om sig selv: Jeg er 47 år, bor i Furesø kommune og shippinguddannet med en eMBA fra IMD.

Om sin interesse for Dansk Glaukom Forening siger han selv:

”Jeg har oplevet, hvordan foreningens foldere og videoer bidrager, således at man bedre kan forholde sig til en nystillet glaukom-diagnose. Jeg synes også, at der er mange praktiske og nyttige informationer at få gennem det at dele erfaringer på foreningens møder. Begge dele vil jeg gerne sikre fortsat er tilgængeligt og forbedres yderligere. Jeg er ikke imponeret over de behandlingsmuligheder, der findes i dag. En ting er, at sygdommen er svær at identificere, men at man efter glaukom er konstateret, ikke kan standse forværringen helt eller genetablere synet. Det er utilfredsstillende, og da det er en arvelig sygdom, vil jeg gerne yde mit til, at vi sikrer bedre muligheder for de kommende generationer!”



## **HENRIK WORSØE**

Næstformand

Den nye næstformand, Henrik Worsøe er 64 år, gift og far til en voksen søn.

Han er uddannet økonom og direktør i et belysningsfirma.

I 1997 fik han konstateret for højt tryk i øjnene, og om sit engagement i Dansk Glaukom Forening siger han:

"Mit ønske med foreningen er at skabe et forum til erfarings- og vidensudveksling, således at hverdagen for glaukom-patienter kan lattes mest muligt."



## **LISA MARIE BRORSON**

Bestyrelsesmedlem

Det nye bestyrelsesmedlem Lisa Marie Brorson er 51 år og bor på Christianshavn. Hun er uddannet kontorassistent og har tidligere arbejdet som teatersekretær, instruktørassistent og teatersufflør. Hun er nu ansat i Dansk Blinde-samfund som sekretær for sin mand, der er konsulent i blindesamfundet.

Lisa der har haft glaukom på det ene øje i 20 år og er opereret tre gange, siger om formålet med at stille op til bestyrelsen:

"Min motivation for bestyrelsesarbejdet er et ønske om at give medlemmerne i Dansk Glaukom Forening mulighed for at møde ligestillede – ikke mindst i den digitale verden.

At kunne danne netværk og udveksle erfaringer er vigtigt, og at få kontakt med andre i samme situation kan både være inspirerende og en stor trøst og lettelse!"



*Poul og Linda – Glaukomforeningens aktive udrykningshold.*

## **LINDA OG POUL i Herning er vores udrykningshold!**

Ægteparret Linda Leifing Nielsen og Poul Nielsen er Dansk Glaukom Forenings jyske kraftcenter og udrykningshold.

De bor i Herning, men de kommer vidt omkring i Danmark for at bistå foreningen med medlemsarrangementer og oplysende møder med øjenlæger og andre specialister, der kan hjælpe patienter og pårørende over hele Danmark med at håndtere glaukom, så de kan få en godt liv trods øjendygdommen.

Linda er 66 år og har officiel status som foreningens Provinskoordinator, og i modsætning til sin ægtefælle er hun ikke bestyrelsesmedlem i foreningen, men hun deltager ligesom Poul i bestyrelsesmøderne.

Poul Nielsen er 64 år og en meget alsidig herre, der både er chauffør, medlemsrådgiver og fotograf, der forsyner dette medlemsblad med billeder fra vores arrangementer. Han er desuden "postmester", der sørger for, at de mange henvendelser til foreningen kommer i de rigtige hænder.

Begge har de glaukom, og begge brænder de for at bidrage til et bedre liv for de mange, der har denne sygdom.

Linda er bistået af vores nye formand Kim Haaning ophavskvinde til den nye type medlemsmøder, som vi kalder STAMBORDET, som du kan læse mere om her i bladet. Der er allerede inviteret til det første møde, som foregår på Herningegnen. Invitationen finder du på næstsidste side under Kort & Godt.

## Dansk Glaukom Forening og databeskyttelsesforordningen

Til Dansk Glaukom Forenings medlemmer og samarbejdspartnere!

Denne e-mail sender vi til de medlemmer og organisationer, som vi har registreret en e-mailadresse på.

Det er foranlediget af den nye Europæiske Unions databeskyttelsesforordning, der trådte i kraft den 25. maj i år.

I overensstemmelse med de principper, der er fastlagt i databeskyttelsesforordningen, vil vi hos Dansk Glaukom Forening bruge din emailadresse til at holde kontakten med dig på grundlag af det, der i forordningen kaldes "legitim interesse".

Vi vil naturligvis respektere de præferencer, du har givet udtryk for, og du kan når som helst ændre dine ønsker.

Dansk Glaukom Forening deler ikke oplysninger om dig med nogen uautoriseret person, og oplysningerne opbevares sikkert.

Såremt du ønsker, at vi sletter din mailadresse, skal du skrive til [post@glaukom.dk](mailto:post@glaukom.dk) med med SLET EMAIL og dit navn og mail-adresse.

Med venlig hilsen  
Kim Haaning  
Formand for Dansk Glaukom Forening



# Dryppeskole - lært og selvlært

Anders Christensen beklagede på generalforsamlingen, at det desværre ikke var lykkedes ham at få en "dryppesygeplejerske" til at komme og vise os den rette måde at dryppe med øjendråber. Vi har før haft erfarne sygeplejersker til at hjælpe os. Så måtte han jo selv prøve denne gang.

Når vi spørger vore medlemmer, hvor de har lært at dryppe, svarer de fleste, at det har de selv måttet finde ud af. Øjenlægen har desværre ikke tid.

Vi kan anbefale, at man ser vores video kapitel 5. Her vises især to måder.

Først er det vigtigt, at man har rene, nyvaskede hænder. Man kan også bruge apotekets Alcogel.

Man tager flasken og holder åbningen over øjet. Lad et par fingre give afstand, hold hånden på panden. Læg hovedet godt tilbage, nogle foretrækker at lægge sig ned. Træk ud/

ned i huden under nedre øjenkant og tryk på flasken. Så skulle der gerne komme en dråbe ud, der rammer ned i øjet. Desværre kan det være svært. Man trykker flasken på midten. Nogle flasker er så hårde, at man også må trykke i bunden. Nogle giver flere dråber ved et lille tryk. Pas på, at spidsen af flasken ikke rammer øjet, brug fingrene som afstand.

Derefter er det vigtigt, at væsken bliver i øjet i stedet for at løbe ned i næsen. Derfor må man trykke med fingrene på tårekanalerne ved næsen i et minut. Så har øjet optaget så meget medicin, det kan. Hvis man skal dryppe med flere slags, må der være nogle minutter imellem.

En anden metode er at lægge flasken på næseryggen, så åbningen er lige over øjet. Det føles lidt akavet for de fleste.

Ved forespørgsel mellem medlemmerne viste det sig, at de fleste bruger deres egen måde. Man prøver sig frem og finder den bedste måde. Hvis det ikke lykkes, kan man på apoteket købe en flaske "tårevæske" at øve sig med. Nogle finder ud af, om dråberne rammer ved at

have flaskerne i køleskabet. Den kolde dråbe" føles" bedre. (Se i følgesedlen om dråberne kan tåle det!).

Det viser sig, at det kan være svært at genkende flaskerne med forskellig medicin. Et medlem havde fundet ud af at bruge forskellige farver neglelak.

Det er vigtigt at læse følgesedlen for at vide, om man skal dryppe om morgenen eller om aftenen. Hvis man skal dryppe både morgen og aften, skal der helst gå nøjagtig 12 timer imellem (uden at man gør sig til slave af dråberne!).

Hvis man skal ud at rejse til varmere lande, kan det være en ide at købe en "insulinrejsetaske" på apoteket. Man kan også bruge en stål-termokop med gummilåg. Sæt den i køleskab uden låg med en våd serviet i nogle timer før afrejse. Tag den ud af køleskabet så sent som muligt før afrejse. Kom flasken i en plasticpose, læg den i koppen og sæt gummilåget godt fast. Den holder sig kold i mange timer. Hav den i håndbagagen.

Der var nogle spørgsmål, som vi ville stille næste foredragsholder: øjenlæge Vaida Havemose.

# Vaida Havemose: Om dagligdagen i min klinik

## **Om Vaida Havemose:**

Erfaring inden for øjenspecialiet siden 2002. Speciallæge i 2008 på Odense Universitets hospital. Sidste ansættelse var på øjenafdeling Glostrup-Rigshospitalet; nu i privatpraksis siden 2016.

Glaukom findes over hele verden. Man antager, at der for folk mellem 40 og 80 på verdensbasis er 3,54 %, der har sygdommen, lidt flere i Afrika.

Der findes forskellige slags glaukom. Den åbenvinklede er den mest almindelige. Den opdages oftest ved at måle øjentrykket. Der opstår forhøjet tryk, ved at der ikke er balance mellem den væske, der dannes i øjet og den væske, der forlader øjet. Afløbskanalerne kan være mere eller mindre tilstoppede.

## **De fleste patienter undersøges for:**

- Øjets tryk. Det skal ligge mellem 10 og 21. Der er stor forskel på, hvor meget tryk, man kan tåle.

- Hornhindens tykkelse. Hvis hornhinden er tykkere end normalt, kan man ofte tåle et højere tryk uden skader.
- Kammervinklen. Har betydning for afløbet af kammervæske i øje.
- Synsnerven. Synsnervehovedet undersøges. Trykket kan skade nerverne. Man kan undersøge og måle nervefiberlagstykkelse med OCT.

Det er kendt, at vi har ca. 1 million ganglieceller. Der er vi millionærer! Hvis de bliver skadet, forsvinder nogle af dem, og vi mister noget af synsevnen. Det går heldigvis langsomt. I tvivlsomme tilfælde kan man udføre OCT undersøgelse en gang om året.

- Synsfeltet. Man sammenligner fra gang til gang.

Her vil jeg præsentere en case, hvor 56-årig kvinde blev undersøgt i 2007 for grøn stær. Tryk på 8 mm Hg, altså i orden.



Undersøgt igen i 2011. Øjentryk er steget op til 34 mm Hg. Opstarter behandling med tryksænkende øjendråber. Synsfelter er stadig normale.

Undersøges igen i 2012. Nu er trykket 55, har udviklet begyndende synsfeltsdefekter. Øjentryk er alt for højt! Har glemt at dryppe! Trykket nedsættes med dråber, men kan ikke komme længere ned end 32 mm Hg. Der laves operation med afløbsventil (trabekulektomi). Synsnerven er påvirket, men centralsynet er bevaret. Patienten opdagede ikke selv synsfeltsdefekter, men øjet blev ømt.

### **Hvordan behandler man grøn stær?**

Man behandler med øjendråber. Der er forskellige slags. Nogle forbedrer afløbet, andre nedsætter væskemængden i øjet. Nogle er blandingsprodukter, der har begge virkninger.

Hvis det ikke er tilstrækkeligt, kan man behandle med SLT laser. Det er trabekelstrukturerne i kammervinklen, som behandles for at forbedre afløbet. Desværre aftager virkningen hos de fleste efter nogle år. Så kan man gentage behandlingen.

Den bedste tryksænkende effekt opnås ved trabekulektomi. Det er en operation, hvor man danner en afløbsventil.

### **Hvad skal man gøre, hvis man glemmer at dryppe?**

Dryp, så snart du husker det og fortsæt som sædvanligt.

### **Hvad, hvis man kommer til at dryppe to dråber?**

Det løber selv væk.

### **Er der noget, man selv kan gøre? Hjælper motion?**

Motion hjælper nok ikke på øjnene, men man har godt af det!

### **Hænger øjentryk sammen med blodtryk?**

Et entydigt svar kan ikke anvendes i dette tilfælde, fordi det er en lidt mere kompleks mekanisme. Hvis man får blodtryksænkende medicin, skal man passe på ikke at få blodtrykket for langt ned, især om natten!

### **Kan naturmidler hjælpe?**

Nej. Der er desværre ingen studier, der viser, at man kan behandle grøn stær med naturmedicin. Nogle hævder, de har hjælp af Gingko Biloba. Det kan jeg ikke afvise. Det må i hvert

fald ikke tages i stedet for medicin, men måske som supplement.

### **Hvad med kopipræparater?**

Brug dem, du er vant til, og som du kan tåle. De originale er meget nøje undersøgt. Kopierne er ikke testet på samme måde. Der kan være forskel på tilsætningsstoffer. Man kan udvikle allergi. Så må man prøve med andre dråber, måske helt uden konserveringsstoffer.

### **Kan jeg komme under 10 med dråber?**

Det er individuelt. Det kommer an på, hvilken slags glaukom, du har. Måske skal du dryppe med flere slags dråber. Det kan også være, at man anbefaler operation. Man kan godt have 26 mm Hg i tryk uden at have glaukom! Der er mange forskellige typer.

### **Jeg har noget "fnuller", nogle urenheder i øjet?**

De forsvinder ikke. Du skal undersøges nærmere for pseudoexfoliations glaukom. Hvis man har pseudoexfoliationer, kan små pseudoexfoliations fibriller aflejres i blodkarrene mange steder i kroppen.

Ved behandling af resistent glaukom vil man oftest bruge øjenoperation. Hvis trabekulektomi (ventil operation) ikke er tilstrækkelig, kan man lægge dræn ind, der findes flere slags. Øjnlægen finder den bedste balance. Efter nogen tid dannes desværre ofte arvæv. Så må der gøres noget. Man kan prøve at rense ventilen eller sætter en ny ind.

### **Fremtiden?**

Der forskes i stamceller, men der er lang vej endnu. I Amerika er der nye lovende dråber på vej, som har flere virkningsmekanismer. De er på afprøvningsstadiet, og vi venter spændt på resultater.

Anders Christensen takkede for et spændende og oplysende foredrag med "øjendråber". Vi ved jo, at rødvin er godt for øjnene, også forebyggende!

Referat ved Else Christensen med rettelser fra Vaida Havemose.

# KORT & GODT om stort og småt

## Undskyld!

Vi har haft problemer med medlemssystemets udskrivning af kontingentopkrævninger. Der var forkerte koder på en del af opkrævningerne, og derfor vil de af vores medlemmer, der IKKE har betalt kontingent, få et brev sammen med dette blad med anvisning på, hvordan man betaler kontingentet.

Foreningens bankkonto:  
Reg.nr. 1551  
Kontonr. 0951641

Kontoen kan både anvendes til kontingentindbetalinger og evt. gaver til foreningens arbejde, men husk at påføre dit navn og adresse samt medlemsnummer.

---

## Invitation

### - til noget helt nyt!

Dansk Glaukom Forening har fornøjelsen af at indbyde medlemmer, pårørende og andre

interesserede til en ny form for arrangement, der foregår:

Onsdag den 29. august kl. 14.30 – 16.30 hos Midtjysk Øjenklinik, Sundhedshuset, Vejlevej 1, Lind 7400 Herning.

På møderne kan patienter og pårørende udveksle tanker omkring det at leve med en kronisk øjensygdom og høre om der er hjælpemidler, der kan lette hverdagen. Måske er det noget helt andet, der er behov for at snakke om.

Har du lyst til at deltage, eller vil du gerne selv være vært for et STAMBORD-arrangement i din by, kan du maile til [eifing@nielsen.mail.dk](mailto:eifing@nielsen.mail.dk) eller ringe på mobil 21773429.

Venlig hilsen  
Linda Leifing Nielsen,  
provinskoordinator

---

## Mød os på Facebook!

Dansk Glaukom Forening er allerede på Facebook, og snart kommer vi med en spændende ny hjemmeside:  
[www.glaukom.dk](http://www.glaukom.dk)

Hvis du vil maile til os:  
[post@glaukom.dk](mailto:post@glaukom.dk)

---

## Kontaktinformation

Dansk Glaukom Forening for patienter og pårørende  
Postboks 87  
2900 Hellerup

Eller  
[post@glaukom.dk](mailto:post@glaukom.dk)

Foreningens telefonnr.  
24 61 31 81

Åben mandag og onsdag  
kl. 16.30 - 17.30

GRØN STÆR

# Glaukom

## Redaktionsudvalg

Else Christensen  
Eva Munnecke  
Lise Bredahl  
Niels Lindén  
Linda Leifing Nielsen  
(Provinskoordinator)  
Poul Nielsen  
Kim Haaning  
(ansvh. redaktør)

## Medicinske vejledere

John Thygesen,  
overlæge  
  
Vaida Havemose,  
praktiserende øjenlæge

Indlæg til medlems-  
bladet sendes til  
foreningens mail:  
post@glaukom.dk

## Kontaktinformation

Dansk Glaukom  
Forening for patienter  
og pårørende  
Postboks 87  
2900 Hellerup

Eller  
post@glaukom.dk  
Foreningens telefonnr.  
24 61 31 81

ISSN 1901-774X