



Dr n. med.
**MARIUSZ
KOZIAK**
okulista



Lekarz
**ELŻBIETA
SANDZEWICZ**
internistka



Dr hab. n. med.
**BEATA
TARNACKA**
neurolog

Mroczki przed oczami

Dlaczego się pojawiają?

Latające muszki, niteczki, pajęczynki, czarne plamki, punkciki, kręgi... Mroczki są różnie opisywane. Zwykle nie są groźne, ale bywają też sygnałem choroby.

Ich przyczyną jest wiek lub schorzenia oczu

Dr n. med. **MARIUSZ KOZIAK**, okulista: Najczęściej na mroczki przed oczami skarżą się osoby po 50. roku życia oraz mające krótkowzroczność. Zwykle ich obecność wynika z naturalnego starzenia się organizmu, a dokładnie ciała szklistego (galaretowatej substancji) w tylnej części oka. Wtedy właśnie widzimy mroczki, fachowo nazywane mętami. Mogą być to „przelatujące” muszki, ruchome linie, drobne plamki. Charakterystyczne jest, że męty przemieszczają się wraz z ruchem oka. Pojawiają się zwykle przy patrzeniu na jasne, jednolite tło, jak np. biała ściana. Znikają, gdy intensywnie próbujemy się w nie wpatrywać lub gdy przewrócimy kilka razy oczami. Takimi mroczkami nie musimy się przejmować.

Niepokój powinny wzbudzić mroczki, których jest dużo, występują często, nie znikają oraz gdy towarzyszą im inne dolegliwości. Wtedy konieczna jest wizyta u okulisty.

- Duży męt przed oczami lub wrażenie „deszczu” drobnych mroczków może sygnalizować wylew krwi do ciała szklistego, np. związany z urazem głowy. W większości są to drobne, niegroźne wylewy, które z czasem wchłaniają się same. Jeśli jednak wylew jest masywny i przysłania pole widzenia, potrzebna jest często interwencja chirurgiczna.

- Poważnym stanem jest rozwarstwienie lub odklejenie siatkówki. Wówczas oprócz dużej ilości mroczków w postaci plamek przed oczami, zwykle pojawiają się błyski i gwałtownie spada ostrość wzroku. Widzimy tylko jedną część oka, tak jakby znajdowała się przed nim zasłona. Takie objawy wymagają pilnej wizyty u lekarza.

Mroczki możemy zobaczyć po operacjach okulistycznych. Znikają, gdy oczy przywykną do nowych warunków widzenia.

Są związane z niskim ciśnieniem i osłabieniem

Lek. med. **ELŻBIETA SANDZEWICZ**, internista: Nieruchome czarne plamki w oczach możemy widzieć rano, po przebudzeniu, gdy zbyt gwałtownie podniesiemy się z łóżka. Podobne wrażenia wzrokowe występują, gdy po długim siedzeniu w pochylonej pozycji niespodziewanie wyprostujemy się i poderwiemy z krzesła. To skutek nagłego spadku ciśnienia krwi, spowodowanego szybkim odpływem krwi do nóg i chwilowym niedotlenieniem mózgu. Takie mroczki nie są niepokojące i szybko znikają.

Leki przyjmowane na nadciśnienie mogą powodować nadmierny spadek ciśnienia i pojawienie się mroczków przed oczami.

Jeśli jednak często powtarzają się w innych sytuacjach i towarzyszą im zawroty głowy, przyspieszone tętno czy dochodzi do omdlenia, powinniśmy powiedzieć o tym lekarzowi. Spadki ciśnienia mogą towarzyszyć różnym chorobom – warto ustalić ich przyczynę. Mroczki widziane w postaci statycznych czarnych plamek mogą też świadczyć o znużeniu, często związanym z regularnym niedosypianiem. To sygnał, że trzeba zadbać o wypoczynek.

- Mroczki mogą być jednym z objawów osłabienia i anemii związanej z utratą krwi w stosunkowo krótkim czasie. Często dotyczy to kobiet przed menopauzą, z mięśniakami macicy, które mają obfite, długie miesiączki. Ważne, aby być wtedy pod stałą opieką ginekologa.

- Nie należy lekceważyć powtarzających się sytuacji, gdy mroczki przed oczami pojawiają się przy nagłym skręceniu głowy w bok, a do tego czujemy osłabienie lub drętwienie ręki, mamy zawroty głowy itp. Może być to objaw miażdżycy tętnic szyjnych. Aby sprawdzić przepływ krwi w tętnicach, potrzebne jest USG dopplerowskie.

Mogą poprzedzać atak migreny

Dr hab. n. med. **BEATA TARNACKA**, neurolog: Zanim nadejdzie migrenowy ból głowy, mogą pojawić się objawy zapowiadające go, tzw. aura. Może nadmiernie drażnić nas światło, zapachy, dźwięki. Nierzadko aurą są objawy wzrokowe. Wtedy przed oczami mamy mroczki w postaci czarnych plam, którym towarzyszą błyski, świecące punkty lub migocące zygzakowate linie. Mroczki mogą się powiększać, osłabiać widzenie, aż do całkowitej jego utraty. Na szczęście jest to przejściowy stan. Taka aura wzrokowa rozwija się stopniowo i może wystąpić około godziny przed samym bólem głowy. Zdarza się jednak, że ból w ogóle po niej nie następuje. Jeśli ktoś wcześniej nie doświadczył migreny i ma po raz pierwszy aurę wzrokową bez bólu głowy, można dolegliwości pomylić z chorobą oczu, np. rozwarstwieniem siatkówki. Dlatego przy wystąpieniu samej aury wzrokowej może być konieczne badanie zarówno neurologiczne, jak i okulistyczne. Jeśli natomiast mamy zdiagnozowaną migrenę i dolegliwości wzrokowe poprzedzają ból głowy, to są one ważnym sygnałem, aby szybko zażyć lek przeciwbólowy i powstrzymać atak migrenowy.

opr. Olga Kamińska