



Glaukoomasta ja vaihtoehtohoidoista

Kiitän Anu Vaajasta kollegoineen mielenkiintoisesta katsauksesta (1). Se on todella perusteltu, sillä Suomessa 91 200 potilasta sairastaa glaukoomaa ja määrä lisääntyy. Tieto ei lisää tuskaa vaan on hyvin tarpeellista. Joka kolmannen glaukoomapotilaan on raportoitu kärsivän ”huomattavasti” jatkuvasta sokeutumisen pelosta (2).

Kirjoittajat käsittelevät myös elämäntapoja ja harrastuksia. Tavallinen aerobinen liikunta alentaa silmänpainetta pigmentti-glaukoomapotilaita lukuun ottamatta. Tähän olisi voinut lisätä saunomisen, joka ei kohota silmänpainetta, kuten on väitetty, vaan aiheuttaa silmänpaineen lyhytaikaisen alenemisen. Kirjoittajat antavat myös potilaan makuuasentoon liittyviä ohjeita. Vaakasuoressa silmänpaine voi olla 3–4 mmHg korkeampi kuin pystyasennossa. Vaaka-asento voi pahentaa glaukoomapotilaan näköhermovauriota, kun aamuyön tunteina myös verenpaineen lasku vähentää näköhermon verenkiertoa.

Tutkimme Johannes Leikolan kanssa silmänpaineen vaihtelua ihmisen eri asentojen mukaan

(3). Tutkittavat oli sidottu telineeseen kiinnitettyyn laveriin, ja silmänpaine mitattiin pystyasennosta alkaen aina siihen asti, että pää oli 75 astetta alaspäin. Tällöin laskimopaineen kohoamisen myötä silmänpaineet nousivat enimmillään lukemaan 35 mmHg, mutta palautuivat pian normaaleiksi. Pysty- ja vaaka-asennon ero oli 1,5 mmHg, mutta ikääntyneiden, joita useat glaukoomapotilaat ovat, osalta ero on todennäköisesti suurempi. Kirjoittajien suositus ylimääräisen tyynyn asettamisesta pään alle on perusteltu ja tulee liittää glaukoomapotilaan elämänohjeisiin.

Lyhyt maininta, jonka mukaan puhallinsoittajien, esimerkiksi saksofonistien silmänpaine nousee kaksinkertaiseksi, vaatii tarkennuksen. Tavallisimmat saksofonit ovat sopraano-, alto-, tenori- ja baritonisaksofoni. Vain silloin, kun sopraanosaksofonilla soitetaan kaikkein korkeimpia ääniä kovaa, saattaa silmänpaine hieman kohota. Puupuhaltimia soittavista ammattimuusikoista ainoastaan oboistien silmänpaine on kohonnut lukemaan 21 mmHg kaikkein korkeimpia ääniä soitet-

taessa (4). Vaskisoittimista kornetin, trumpetin ja käyrätorven soittajien osalta vaikutus on ollut samantyyppinen. Kun ammattiorkesteri oli harjoitellut 90 minuuttia Richard Wagnerin sävellyksen soittamista, puupuhaltajien silmänpaineet olivat kohonneet keskimäärin 13,8 mmHg:stä lukemaan 15,1 mmHg (5). On helppo yhtyä kirjoittajien kantaan, jonka mukaan puhallinsoitinharastus ei ole glaukooman riskitekijä.

AHTI TARKKANEN, professori
Helsinki

KIRJALLISUUTTA

1. Vaajanen A, Gielen F, Tuulonen A. Glaukooma ja vaihtoehtohoidot. *Duodecim* 2017;133:1476–83.
2. Janz NK, Wren PA, Guire KE, ym. The collaborative initial glaucoma treatment study. *Ophthalmology* 2007;114:2213–20.
3. Tarkkanen A, Leikola J. Postural variations of the intraocular pressure as measured with the Mackay–Marg tonometer. *Acta Ophthalmol* 1967;45:569–75.
4. Schmidtmann G, Jahnke S, Seidel EJ, ym. Intraocular pressure fluctuations in professional brass and woodwind musicians during common playing conditions. *Graefes Arch Clin Exp Ophthalmol* 2011;249:895–901.
5. Aydin P, Oram O, Akman A, ym. Effect of wind instrument playing on intraocular pressure. *J Glaucoma* 2000;9:322–4.