मधुमेह संबंधी दृष्टिरोग

(डायबेटिक रेटिनोपैथी)

मधुमेह रोग से प्रभावित आँख का पर्दा (रेटिना)

लेजर द्वारा उपचार से ठीक किया हुआ पर्दा (रेटिना)

शुगर की बीमारी से रेटिनापैथी में सामान्यता रेटिना (आँख का पर्दा) प्रभावित होता है।

रक्त शर्करा (ब्लड शुगर) को नियंत्रित रखने के लिए नियमित इलाज ही मधुमेह रेटिनापैथी से बचने का सर्वोत्तम तरीका है।

- प्रारंभ में कोई स्पष्ट संकेत या दर्द आदि नहीं होता है।
- बाद की अवस्था में धुंधली दृष्टि।
- काले धब्बे या काली रेखाएँ दिखाई देना।

यदि आपको मधुमेह है तो रेटिनोपैथी के लिए समय-समय पर अपनी आँखों की अवश्य जाँच कराएँ। रेटिनोपैथी का दुष्प्रभाव इलाज़ से / लेजर द्वारा रोका जा सकता है। सरकारी अस्पतालों, क्षेत्रिए नेत्रविज्ञान संस्थान एवं मेडिकल कॉलेजों में यह सुविधा मुफ्त उपलब्ध है।

अधिक जानकारी के लिए अपने नजदीकी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र या सरकारी अस्पताल में संपर्क करें

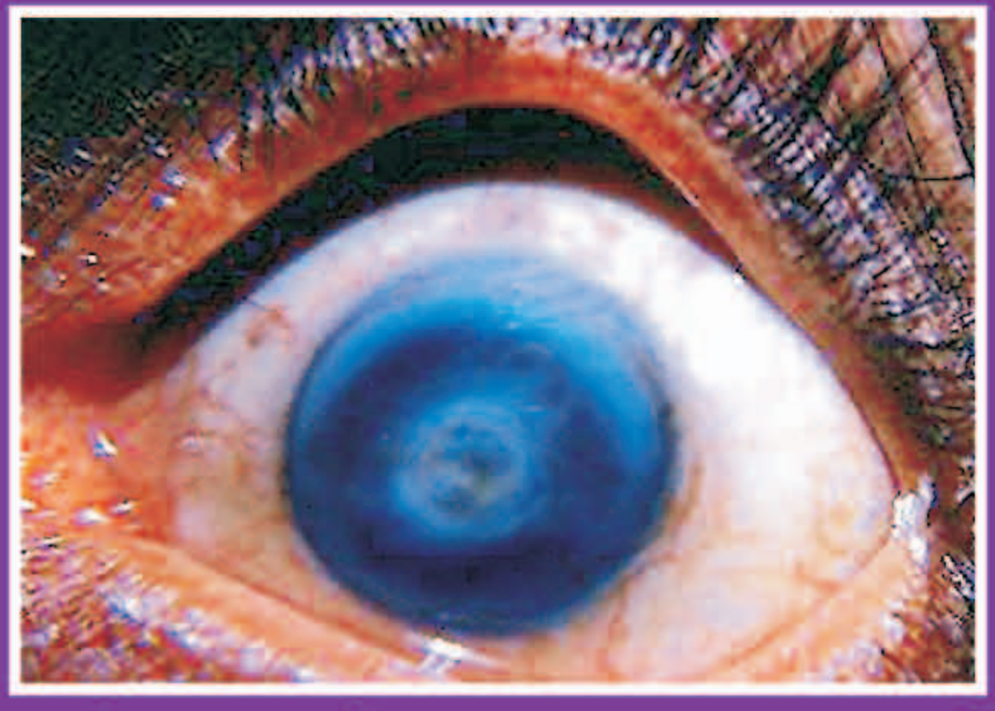
NATIONAL RURAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन

सत्यमेव जयते

राष्ट्रीय दृष्टिविहीनता नियंत्रण कार्यक्रम

स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार
निर्माण भवन, नई दिल्ली–110 108 वेबसाइट: www.mohfw.nic.in/npcb.nic.in

कोर्निया (पुतली रोग) के अंधेपन से बचाव



बाल अवस्था में कुपोषण, चोट, संक्रमण आदि के कारण कार्निया धुंधला हो जाता है और दृष्टि में काफी कमी हो जाती है या दृष्टि समाप्त हो जाती है।

- नेत्र को चोट लगने से बचाएं। नुकीली चीज़ों जैसे की गुल्ली, तीर, कैंची, चाकू, सूईं एवं पटाखा, तीखा रसायन अम्ल (एसिड) आदि को बच्चों की पहुँच से दूर रखें।
- आपरेशन के बाद जटिलताएँ या संक्रमण (इन्फेक्शन) से आँखों को बचाएँ।
- कुपोषणः बच्चों को संतुलित भोजन (विटामिन 'ए' से भरपूर) जैसे हरी पत्तेदार सब्जियाँ - पालक, मैथी, बथुआ, सरसों, मूली के पत्ते इत्यादि एवं पीले रंग के फल खिलाएँ।
- गंदी उंगलियों के द्वारा आँखों को न छुऐं एवं न मसलें।
- नेत्र विशेषज्ञों की सलाह का पालन अवश्य करें।

अधिक जानकारी के लिए अपने नजदीकी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र या सरकारी अस्पताल में संपर्क करें

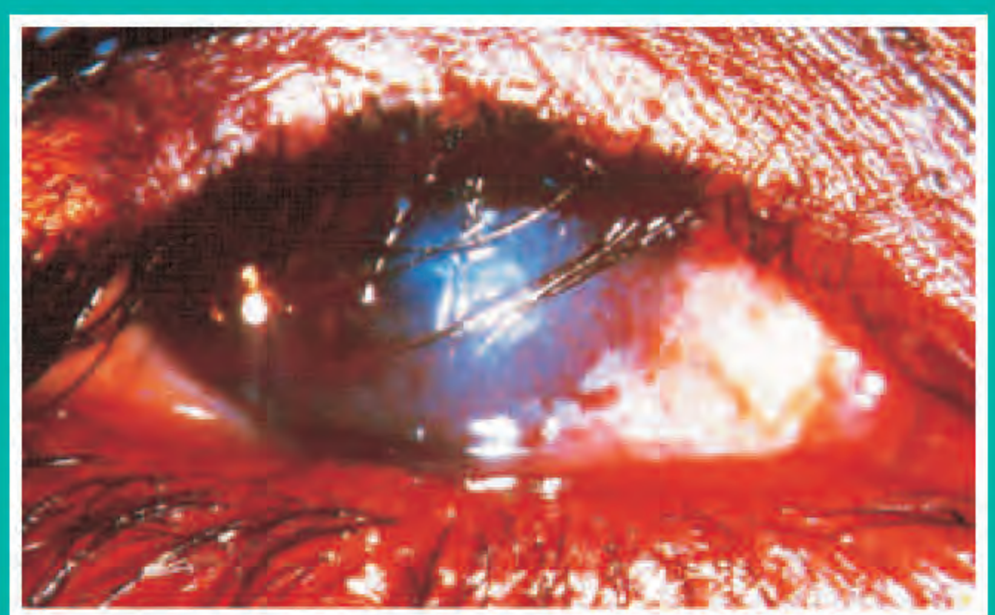
NATIONAL RURAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन

सत्यमेव जयते

राष्ट्रीय दृष्टिविहीनता नियंत्रण कार्यक्रम

स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार
निर्माण भवन, नई दिल्ली–110 108 वेबसाइट: www.mohfw.nic.in/npcb.nic.in

रोहे की बीमारी



रोहे/कुक्करे एक संक्रामक रोग है। यह पलकों को अंदरूनी (अंदर की) झिल्ली को प्रभावित करता है। बाद में जब पलक अंदर हो जाती है तो कार्निया को रगड़ से नुकसान पहुँचाता है। अंततः इससे दृष्टि मंद हो जाती है।

संकेत और लक्षण

- नेत्र में किरकिरी महसूस होना।
- नेत्रश्लेष्मा पर कण उभरना।
- सामान्यता दोनों नेत्र प्रभावित होते हैं।
- पलक अंदर को पलटना एवं नेत्र से स्राव होना।

रोहे की रोकथाम के लिए व्यक्तिगत साफ-सफाई और आसपास के वातावरण की स्वच्छता सर्वोत्तम उपाय है। रोग के लक्षण दिखने पर नेत्र विशेषज्ञ से तुरन्त सम्पर्क करें।

अधिक जानकारी के लिए अपने नजदीकी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र या सरकारी अस्पताल में संपर्क करें

NATIONAL RURAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन

सत्यमेव जयते

राष्ट्रीय दृष्टिविहीनता नियंत्रण कार्यक्रम
स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार
निर्माण भवन, नई दिल्ली-110 108 वेबसाइट: www.mohfw.nic.in/npcb.nic.in

दृष्टिदोष

दृष्टिदोष आँखों की असामान्य बनावट के कारण होता है। अधिक समय तक लगातार पुस्तक अथवा विडियो स्क्रीन देखने से यह दोष होने की संभावना बढ़ जाती है।

निम्नलिखित लक्षण देखकर आप बच्चों में दृष्टिदोष पहचान सकते हैं-

- यदि आप नजदीक या दूर की वस्तु को सही तरह से देख पाने में असमर्थ हैं जैसे कि ब्लैक बोर्ड।
- धुंधली दृष्टि।
- नजदीक का काम करते समय सरदर्द की शिकायत।
- बच्चे द्वारा पढ़ाई में रूचि नहीं लेना।
- उपयुक्त चश्में द्वारा इसको निश्चित रूप से ठीक किया जा सकता है।

- सरकारी अस्पतालों में **चश्में मुफ्त में** दिए जाते हैं।

अधिक जानकारी के लिए अपने नजदीकी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र या सरकारी अस्पताल में संपर्क करें

NATIONAL RURAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन

सत्यमेव जयते

राष्ट्रीय दृष्टिविहीनता नियंत्रण कार्यक्रम

स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार
निर्माण भवन, नई दिल्ली–110 108 वेबसाइट: www.mohfw.nic.in/npcb.nic.in

काला मोतिया

सामान्य दृष्टि

काला मोतिया दृष्टि

दृष्टि के चोर के रूप में जाना जाने वाला काला मोतिया, नेत्र की दृष्टि के लिए खतरा पैदा करने वाला रोग है।

यह सामन्यता 40 वर्ष से अधिक के लोगों, विशेषकर ऐसे लोगों को होता है जिनके परिवार में काला मोतिया का इतिहास रहा हो।

संकेत और लक्षण

- यदि आपको आँखों से बल्ब के चारों ओर रंगीन गोले नज़र आएँ, आँखों में दर्द महसूस हो, रोशनी कम लगे, तो यह काला मोतिया हो सकता है।
- चश्में का नम्बर जल्दी-जल्दी बदलना।
- असामान्य सरदर्द और नेत्र दर्द।

काला मोतिया के समुचित एवं नियमित इलाज से आगे होनी वाली दृष्टिविहीनता को रोका जा सकता है।

अधिक जानकारी के लिए अपने नजदीकी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र या सरकारी अस्पताल में संपर्क करें

NATIONAL RURAL HEALTH MISSION
राष्ट्रीय ग्रामीण स्वास्थ्य मिशन

राष्ट्रीय दृष्टिविहीनता नियंत्रण कार्यक्रम
स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार
निर्माण भवन, नई दिल्ली-110 108 वेबसाइट: www.mohfw.nic.in/npcb.nic.in

मोतियाबिन्द

ऑपरेशन से पहले

ऑपरेशन के बाद

यह स्थिति मुख्यतया उम्र अधिक हो जाने पर पैदा होती है।

ऑपरेशन द्वारा मोतियाबिन्द के कारण होने वाली दृष्टिविहीनता से बचा जा सकता है।

मोतियाबिन्द का ऑपरेशन सुरक्षित एवं आसान है।

संकेत और लक्षण

- दृष्टि में धीरे-धीरे कमी।
- नेत्र की पुतली धुंधली हो जाती है।
- इस बीमारी में आँखों में दर्द नहीं होता है।
- मोतियाबिन्द के अधिक पकने की प्रतिक्षा न करें।
- तुरन्त नेत्र विशेषज्ञ से परामर्श करें।

सरकारी अस्पतालों और गैर-सरकारी संस्थानों में लैंस सहित मोतियाबिन्द के ऑपरेशन की सेवाएँ मुफ्त उपलब्ध हैं।

अधिक जानकारी के लिए अपने नजदीकी प्राथमिक स्वास्थ्य केन्द्र या सरकारी अस्पताल में संपर्क करें

NATIONAL RURAL HEALTH MISSION

राष्ट्रीय दृष्टिविहीनता नियंत्रण कार्यक्रम

स्वास्थ्य सेवा महानिदेशालय, स्वास्थ्य एवं परिवार कल्याण मंत्रालय, भारत सरकार
निर्माण भवन, नई दिल्ली-110 108 वेबसाइट: www.mohfw.nic.in/npcb.nic.in