

# Göz Obezite ilişkisi

Hangi yaşta olursa olsun, obezite genel sağlığa olduğu kadar göz sağlığına da zarar veriyor



Op. Dr. Özer Kavalcıoğlu

Obezite çağımızın en büyük problemlerinden biri. Aşırı kilo çocukluk çağından itibaren vücutta birçok hastalığa yol açabiliyor. **Veni Vidi Göz Hastanesi** doktorlarından Op. Dr. **Özer Kavalcıoğlu** Göz-Obezite ilişkisine dair önemli açıklamalarda bulunuyor.

Obezite, ana başlıklarıyla; göz tansiyonu, erken yaşta katarakt, sarı nokta hastalığı ve damar tıkanıklığı olmak üzere gözde çok ciddi problemlere yol açar. Obezitenin çocukluk çağında başladığı durumlarda, yüksek kiloyla geçirilen zaman ömrünüzün tamamına yayıldığı için tehlike çok daha büyüktür. Ama hangi yaşta olursa olsun, obezite genel sağlığa olduğu kadar göz sağlığına da zarar verir. Dünyada 1 milyar 100 milyon civarında yüksek kilolu ve 350 milyon kadar da obez insan bulunuyor. Bunlar çok ciddi rakamlardır ve giderek de artmaktadır.

## Obezite gözü nasıl etkiler?

Obezitede, kabaca anlatmak gerekirse vücudumuzdan atılması gereken toksinler, zehirler atılamazlar. Bu da kalp, böbrek, beyin, göz gibi organlara zarar verir. Aslında doku ve organların kendi kendini tamir etme özelliği vardır; fakat vücutta atılamayan toksin miktarı arttıkça bu özellik de azalır. Bunun etkileri gözde en çok, yaşa bağlı sarı nokta hastalığı ile görülür. Fazla kiloyla beraber damar

problemleri, vücutta yağ fazlalığı, kolesterol fazlalığı, lipid fazlalığı ortaya çıkar. Bunlar da sarı nokta hastalığını tetikler ve oluşumunu hızlandırır, ayrıca daha saldırgan tiplerin ortaya çıkmasına da yol açabilir. Kişinin ne kadar fazla kilosu varsa, sarı nokta hastalığına yakalanma riski de o kadar artar. Bu, her kilolu insanın sarı nokta hastalığına yakalanacağı anlamına gelmiyor. Fakat, eğer altta yatan genetik bir yatkınlık varsa, kilolu olan ve olmayan arasında fark ortaya çıkıyor.

## Sarı nokta hastalığı nedir? Körlüğe yol açabilir mi?

Aslında körlük yapmamasına rağmen fonksiyonel görmeyi, merkezi görmeyi o kadar çok hasarlar ki kişi, karşısındakinin yüzünü göremez, elindeki yazıyı okuyamaz, parayı ayırt edemez. Kısaca günlük yaşamda yaptığı pek çok şeyi yapamaz ve bir başkasına muhtaç hale gelir.

Körlükten kastımız ışığın tamamen yok olmasıdır. Sarı nokta hastalığında ışık tamamen yok olmaz; ama günlük yaşamda birisine muhtaç kılar. Sarı nokta hastalığının kalıcı bir tedavisi yoktur. Hastalık oluşuktan sonra tedavi etmek mümkün değildir, sadece hastalık durdurularak, var olan hal korunabilir. İdeal olan hiç başlamamasını sağlamaktır. Genetiğinizi değiştiremezsiniz; ancak kilo, sigara ve güneş gibi bu genleri uyaracak etkenlerden kurtulabilirsiniz.

Doktorlar bir hastalık durumunda kişiye aşırı kilolarının buna neden olabileceğini söylediklerinde, hasta kilonun gözü ne kadar etkileyebileceğine pek anlam vermiyor. Halbuki göz, beyin dokusu gibi çok hassastır. Damarları da beyin ve kalpte olduğu gibi çok ince yapıdadır. Damar problemleri yaratan risk faktörleri, genetik, sigara, kilo ve strestir. Kişide yatkınlığa ek bir de kilo varsa, ilk problem yaşanacak yerlerden bir tanesi gözdür.