

# LE DISPENSE DEL GLAUCOMA

GUIDA PRATICA PER CONOSCERE E CONVIVERE  
AL MEGLIO CON IL GLAUCOMA



**GOCCE OCULARI:**  
come applicarle  
in modo corretto



## LE DISPENSE DEL GLAUCOMA

GUIDA PRATICA PER CONOSCERE  
E CONVIVERE AL MEGLIO  
CON IL GLAUCOMA

DISPENSA  
1

GLAUCOMA:  
NON SOLO PRESSIONE  
OCULARE, MA ANCHE NEUROPROTEZIONE

DISPENSA  
2

COME METTERE CORRETTAMENTE  
LE GOCCE OCULARI

DISPENSA  
3

COME SUPERARE  
LE DIFFICOLTÀ DI LETTURA

DISPENSA  
4

COME ATTREZZARE  
LA CASA PER EVITARE CADUTE

DISPENSA  
5

GUIDARE IN SICUREZZA  
CON IL GLAUCOMA

“...INSTILLARSI LE GOCCE  
IN MODO CORRETTO  
È TUTT'ALTRO CHE FACILE...”

## SOMMARIO

Introduzione	PAG. 3
Prima di mettere il collirio	PAG. 4
Le regole per mettere le gocce	PAG. 4
Cosa controllare	PAG. 5
Le precauzioni	PAG. 6
Da ricordare	PAG. 6
Colliri, la terapia tipica del glaucoma	PAG. 6
La tabella di marcia dei colliri per il glaucoma	PAG. 7

Con la consulenza scientifica  
del Prof. **Luciano Quaranta**

*Professore Ordinario di Oftalmologia  
Università degli studi di Pavia  
Direttore Clinica Oculistica  
Fondazione IRCCS Policlinico San Matteo*

## INTRODUZIONE

LO STUDIO



Sembra un atto banale e alla portata di tutti, ma invece instillarsi le gocce in modo corretto è tutt'altro che facile come dimostrano anche i dati di uno studio pubblicato su Archives of Ophthalmology dal quale emerge che sono ancora troppo poche le persone che sono a conoscenza della modalità corretta per applicare le gocce di collirio in un occhio.

Lo studio è stato effettuato su pazienti affetti da glaucoma e ricoverati in un reparto di oculistica che, a telecamere nascoste ed a loro insaputa, sono stati “spiati” mentre instillavano il collirio. **Così è emerso che uno su tre è riuscito a far cadere le gocce nell'occhio e solo 3 pazienti su ben 139 si è lavato le mani prima di procedere all'instillazione.**

Che sia per la terapia del glaucoma o per altri disturbi visivi, come per esempio l'occhio secco, l'instillazione delle gocce va fatta seguendo delle regole ben precise perché sia davvero efficace.

## PRIMA DI METTERE IL COLLIRIO



• **Lavarsi le mani accuratamente con acqua e sapone.** Sembra inutile ricordarlo, ma il rischio di un'infezione se le mani non sono pulite è alto soprattutto per occhi già affetti da una qualsivoglia patologia in atto. Le donne, inoltre, devono struccarsi completamente.

• **Controllare che il tappo del flaconcino non sia scheggiato o rovinato** perché potrebbe aumentare il rischio che dall'esterno arrivino al medicinale batteri o altre sostanze irritanti che potrebbero essere dannose per l'occhio.



# LE 10 REGOLE

## 1 Agitare bene il flacone e mettersi in una posizione comoda

Stare davanti allo specchio o farsi instillare le gocce da qualcuno può rendere questo procedimento più semplice

## 2 Guardare verso l'alto piegando il capo all'indietro e sollevando il mento, abbassare la palpebra inferiore con il dito indice formando una sorta di sacca

Lo stiramento della palpebra inferiore deve essere eseguito senza esercitare una pressione sul bulbo, ma sulla cute della palpebra inferiore soprattutto nei pazienti sottoposti ad intervento chirurgico.

Infatti, la pressione sul bulbo potrebbe provocare la riapertura della sutura chirurgica con compromissione del decorso post-operatorio.

# PER METTERE LE GOCCE

## COSA CONTROLLARE

La maggior parte dei colliri scade dopo un mese dall'apertura anche se possono esserci delle differenze tra i diversi tipi. È buona norma controllare l'etichetta del flacone o chiedere all'oculista o al farmacista in caso di dubbi.

## 3 Tenere il flaconcino (con la punta rivolta all'ingiù) con l'altra mano accostandolo all'occhio ma evitando il contatto

Nell'instillazione di un collirio dobbiamo fare la massima attenzione nell'evitare qualsiasi contatto tra il beccuccio del flacone o del contagocce e le ciglia. Per questo è bene prendere l'abitudine di far cadere le gocce di collirio dall'alto rimanendo a una distanza di 5-10 cm dal bulbo oculare; in questo modo si riduce il rischio di inquinamento del flacone e di una successiva trasmissione di malattie contagiose.

## 4 Instillare delicatamente una goccia per volta nella sacca precedentemente formatasi nella palpebra inferiore e da qui allontanare l'indice

5 **Chiudere l'occhio per 2 o 3 minuti e piegare la testa in direzione del pavimento.** Cercare di non battere o strizzare le palpebre

## 6 Mettere un dito sul condotto lacrimale e fare pressione delicatamente

## 7 Asciugare il liquido fuoriuscito in eccesso sul viso con un fazzoletto

8 **Se si deve instillare più di una goccia nello stesso occhio,** aspettare almeno 5 minuti prima di applicare la goccia successiva

9 **Richiudere con il tappo il flaconcino,** senza pulire o sciacquare la punta del contagocce

## 10 Lavarsi le mani per eliminare tracce di medicinale

## ATTENZIONE!

## LE PRECAUZIONI



1. Evitare il contatto tra la punta del flaconcino con l'occhio o altro. Le gocce e il flaconcino devono rimanere puliti.
2. Attenzione a non prestare né prendere in prestito il collirio: il rischio di contagio di virus è molto alto se non si è avuta l'accortezza di evitare il contatto con il flacone del collirio e qualsiasi superficie esterna, ciglia comprese.
3. Conservare il collirio a temperatura ambiente e al riparo dalla luce.

## DA RICORDARE

- Seguire attentamente le istruzioni
- Non dimenticarsi di applicare le gocce secondo le indicazioni mediche
- Applicare il giusto numero di gocce prescritto dal medico
- Tenere il medicinale lontano dalla portata dei bambini

## COLLIRI, LA TERAPIA TIPICA DEL GLAUCOMA

I colliri rappresentano il primo approccio terapeutico al glaucoma, malattia che in Italia colpisce circa un milione di persone (ma una persona su due ancora non lo sa) ed è una delle più importanti cause di cecità. I colliri si usano per raggiungere la pressione oculare target, cioè quella che non fa peggiorare il campo visivo. **Essendo ormai chiaro che il glaucoma è una malattia neurodegenerativa**, oggi si tende a consigliare - a complemento della terapia ipotonizzante che resta il 'gold standard' - anche una **terapia antiossidante come il Coenzima Q10**, noto anche come ubiquinone, considerato un principio attivo promettente per il trattamento di questa patologia. **Alcuni studi clinici hanno dimostrato che il Coenzima Q10 esercita un'attività neuroprotettiva ed è stato ampiamente studiato in varie forme di neurodegenerazione come la malattia di Parkinson, l'Alzheimer, la corea di Huntington e nella SLA.** Fino ad oggi il Coenzima Q10 veniva utilizzato sotto forma di collirio oculare senza conservanti, ma di recente si è resa disponibile anche la formulazione orale che consente di ottenere una neuroprotezione con due capsule al giorno.

## LA 'TABELLA DI MARCIA' DEI COLLIRI PER IL GLAUCOMA

## I DOSAGGI



**Nei pazienti con glaucoma, è molto importante che l'assunzione venga effettuata con regolarità** perché se trascorre troppo tempo tra un'instillazione e l'altra, la pressione oculare può salire. **È fondamentale poi non aumentare o ridurre i dosaggi stabiliti dallo specialista.**

Per esempio, i colliri a base di prostaglandine si applicano 1 volta al giorno (1 goccia la sera); al contrario quelli a base di beta-bloccanti *generalmente* si applicano 2 volte al giorno. Se sono stati prescritti più colliri più o meno nello stesso orario, è consigliabile attendere qualche minuto fra la somministrazione dei diversi farmaci.

## Bibliografia

- Gupta R, Patil B, Shah BM, Bali SJ, Mishra SK, Dada T. Evaluating eye drop instillation technique in glaucoma patients. *J Glaucoma* 2012;21:189-92
- Schwartz GF, Hollander DA, Williams JM. Evaluation of eye drop administration technique in patients with glaucoma or ocular hypertension. *Curr Med Res Opin* 2013;29:1515-22
- Kholderbarin R, Campbell RJ, Jin YP, Buys YM. Multicenter study of compliance and drop administration in glaucoma. *Can J Ophthalmol* 2008;43:454-61.

# LE DISPENSE DEL GLAUCOMA

GUIDA PRATICA PER CONOSCERE  
E CONVIVERE AL MEGLIO CON IL GLAUCOMA

Realizzato con il contributo  
non condizionato di

**VISU**farma  
the eye health company

Le dispense sono scaricabili gratuitamente su  
[www.osvi.it](http://www.osvi.it)

Un progetto editoriale di

**LOG**∞**idea.**  
PROGETTI PER LA COMUNICAZIONE