



A caccia... di mosche volanti

Quale soluzione per questo disturbo oftalmico che può essere molto fastidioso?

Mosche volanti. Chi non le vede? Metà della popolazione italiana... l'altra metà le vede!

Le mosche volanti - o corpi mobili o capelli o moscerini o puntini neri fluttuanti o filamenti ondeggianti o lampi di luce - si chiamano miodesopsie e corrispondono a piccole opacità mobili presenti all'interno dell'occhio, più esattamente nella sua posizione centrale, cioè nel vitreo.

Sono disturbi o percezioni frequenti ma generalmente non pericolosi; quando però compaiono è bene che venga fatta subito un'accurata visita oculistica, vedremo poi perché.

Sono spesso i miopi forti ad averli e, in generale, quasi tutte le persone sopra i 45-50 anni, a maggior ragione se sono state operate di cataratta, distacco di retina e in seguito ad emorragie intraoculari, infiammazioni corio-retiniche e traumi oculari.

Queste opacità o addensamenti vitreali causano la proiezione di ombre sulla retina, la membrana visiva dell'occhio, e vengono percepite come macchie più o meno scure.

Le loro dimensioni variano molto, da piccoli punti appena percepibili fino a macchie che occupano buona parte del campo visivo. Anche la densità può essere molto variabile, possono essere più o meno densi e quindi più o meno visibili.

I corpi mobili sono visibili soprattutto in condizioni di piena luminosità o su uno sfondo chiaro e uniforme, come un muro bianco o il cielo azzurro. Sono visibili anche tenendo gli occhi chiusi ma rivolti verso una fonte di luce intensa.

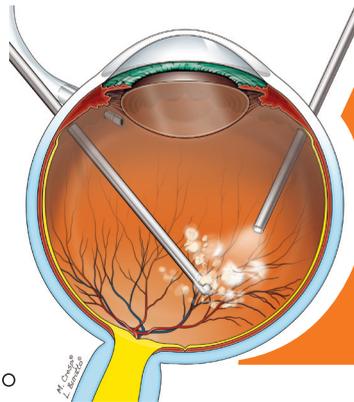


Esempio di visione con miodesopsie o "mosche volanti". Le miodesopsie sono quei puntini neri in continuo movimento che appaiono molto visibili quando si osserva una parete chiara o un cielo azzurro



Cosa fare se compaiono e mosche volanti ?

- **Farmaci:** Non esistono farmaci in grado di rimuovere i corpi mobili, ma migliorando l'alimentazione, in particolare assumendo molti antiossidanti (frutta e verdura), bevendo molta acqua e usando alcuni integratori a base di sali minerali e aminoacidi si può ridurre il fastidio.
- **Laser freddo:** Può "sciogliere" i corpi mobili ed è la terapia più efficace; si utilizza un laser freddo che, agendo sugli addensamenti vitreali, li frammenta riducendoli di dimensioni tali che non diano più fastidio. E' necessaria un'accurata visita oculistica che stabilisca l'idoneità al trattamento.
- **La chirurgia:** L'asportazione chirurgica del vitreo, cioè la vitrectomia, è un intervento impegnativo che cambia la struttura e l'idrodinamica dell'occhio; ma è una cura eccessiva. C'è sproporzione tra l'entità del disturbo e l'entità dell'intervento, per i rischi che questo comporta.



VITRECTOMIA PER CORPI MOBILI VITREALI

Il chirurgo inserisce nell'occhio del paziente un vitrectomo con il quale aspira il vitreo e tutti quegli addensamenti che provocano la visione delle miodesopsie.

- **Laser caldo per la retina:** Se il distacco di vitreo ha provocato lacerazioni retiniche è utile usare un laser caldo per saldare la retina.

In conclusione, quando d'improvviso compaiono corpi mobili è bene fare una visita dall'oculista per prevenire problemi di retina ma anche per sapere se e come trattare i corpi mobili vitreali.

CÉRÉAL NUTRIZIONE PIÙ

Biscotti ai semi di chia ricchi in fibre e fonte naturale di omega3

Céréal Nutrizione Più è la nuova gamma di BISCOTTI PIU' ricchi di nutrienti importanti per il proprio benessere.

Farina integrale di frumento e semi neri di chia, rendono i Biscotti ai semi di chia Céréal Nutrizione Più una esplosione di naturalità e benessere: i semi di chia sono una preziosa fonte naturale di Omega3 grazie anche all'acido alfa-linolenico in essi contenuto che appartiene alla famiglia degli Omega3 e aiuta a mantenere normale il livello di colesterolo nel sangue.

2 Biscotti ai semi di chia Céréal apportano il 25% della razione giornaliera raccomandata di Omega3. Concedersi una pausa coi Biscotti ai semi di chia Céréal Nutrizione Più significa essere in linea con un'al-

imentazione sana ed equilibrata: oltre agli OMEGA3, l'alto contenuto di fibra è un vero toccasana per l'organismo perché importante per il nostro intestino.

Perfetti da portare sempre con sé, i Biscotti **Céréal Nutrizione Più** sono confezionati singolarmente nella pratica confezione salvafreschezza, la soluzione ideale, per un break in ufficio o come rompidigiuno nella borsa dello sportivo...

Céréal prende il meglio della natura, realizzando i suoi prodotti con la massima cura:

- Solo con oli vegetali selezionati non idrogenati,
- Senza coloranti né conservanti
- La confezione è in cartone riciclato e riciclabile.

I Biscotti ai semi di chia Céréal Nutrizione Più sono un'ottima alternativa ai biscotti tradizionali, e la loro bontà e genuinità li rendono un prodotto davvero adatto all'alimentazione di ognuno.

