Katarakta

Zverejnené: 4. marca 2026 | Autor: Mgr. Hana Neuschlová



Katarakta (šedý zákal) je zakalenie vo vnútri oka (v mieste, kde sa nachádza šošovka), ktoré vedie k rozmazanému videniu, vyblednutým farbám a citlivosti na svetlo. Je to jedna z najčastejších príčin straty zraku, najmä u starších dospelých.

Čo je šošovka?

Šošovka je číra, flexibilná štruktúra umiestnená za dúhovkou. Zaostruje svetlo na sietnicu v zadnej časti oka. Keď sa šošovka zakalí, bráni svetlu v jasnom prechode, čo spôsobuje problémy so zrakom.

Čo spôsobuje kataraktu?

Katarakta môže byť dôsledkom rôznych faktorov súvisiacich s vekom, zdravotných alebo vrodených faktorov, tiež môže byť spôsobená životným štýlom.

Medzi hlavné príčiny patria:

- Starnutie (najčastejšie) – bielkoviny v šošovke sa vekom rozpadajú a zhlukujú
- UV žiarenie
- Poranenia alebo operácie očí – trauma oka môže poškodiť šošovku a niektoré operácie očí môžu viesť k sekundárnemu kataraktu
- Cukrovka
- Genetická predispozícia
- Dlhodobé užívanie steroidov
- Faktory životného štýlu – fajčenie, nadmerná konzumácia alkoholu, nesprávna výživa
- Rádioterapia
- Vrodená katarakta je síce zriedkavá, no môže sa vyskytnúť u dojčiat v dôsledku genetických porúch, infekcií počas tehotenstva alebo metabolických problémov

Príznaky

Medzi bežné príznaky patria:

- Rozmazané, zahmlené alebo slabé videnie
- Zlé nočné videnie
- Halo – t. j. kruhy okolo svetiel (najmä v noci)
- Vyblednuté alebo zažltnuté farby
- Časté zmeny v sile okuliarov
- Dvojité videnie na jednom oku (monokulárna diplopia)
- Zvýšená citlivosť na svetlo

Skoré príznaky môžu byť mierne, ale ako katarakta postupuje, môže výrazne ovplyvniť kvalitu života.

Diagnostika

Katarakta sa diagnostikuje komplexným očným vyšetrením oftalmológom alebo optometristom. Vyšetrenie zvyčajne zahŕňa:

1. Skúška zrakovej ostrosti – pomáha odhaliť zníženú ostrosť alebo rozmazanie.
2. Vyšetrenie štrbinovou lampou – špeciálny mikroskop, ktorý odhaľuje skorý vznik katarakty a ďalšie očné abnormality.
3. Vyšetrenie sietnice.

Liečba

Neexistujú lieky, ktoré by mohli zvrátiť alebo odstrániť kataraktu, akonáhle sa vyvinie. Liečba závisí od toho, do akej miery ovplyvňuje zrak a kvalitu života.

1. Včasné štádium: Nechirurgická liečba

Ak je zrak ovplyvnený len mierne používajú sa:

- Silnejšie okuliare
- Lepšie osvetlenie
- Slnečné okuliare s ochranou proti silnému žiareniu (polarizačné šošovky, antireflexná vrstva a pod.)

Tieto opatrenia pomáhajú dočasne zvládať príznaky, ale nezastavujú progresiu katarakty.

2. Pokročilé štádium: Operácia katarakty

Keď je katarakta vážnejšia a narúša každodenný život (napr. činnosti ako šoférovanie, čítanie, rozpoznávanie tvárí), chirurgický zákrok je jedinou účinnou liečbou.

Pri operácii sa odstráni zakalená šošovka a nahradí sa čírou umelou šošovkou (vnútroočná šošovka alebo IOL). Ambulantný zákrok zvyčajne trvá 15 – 30 minút a má vysokú mieru úspešnosti (viac ako 95 %). Úplná rekonvalescencia po operácii zvyčajne trvá do 4 – 6 týždňov. Pacientom sa po operácii odporúča dočasne sa vyhýbať zdvíhaniu ťažkých predmetov, prašnému prostrediu a treniu očí.

Záver

Katarakta je zakalenie šošovky oka, ktorá sa nachádza za dúhovkou a zrenicou. Toto zakalenie zhoršuje priechod svetla do sietnice, čo vedie k rozmazanému videniu a iným zrakovým problémom.

U väčšiny ľudí sa niektoré zmeny katarakty vyvinú do veku 60 rokov. Príznaky sa zvyčajne vyvíjajú postupne a mnohí ľudia si ich nevšimnú hneď.

Patrí medzi veľmi časté ochorenia a môže postihnúť jedno alebo obe oči.

Mgr. Hana Neuschlová