

Medicina Alternativa Para Glaucoma

Introducción

La medicina alternativa se define como los tratamientos y las prácticas de salud que no se enseñan en la escuela de medicina, no se utiliza en los hospitales y por lo general no son cubiertos por Medicare o otras compañías de seguros. Actualmente, se gasta más dinero en los EE.UU. sobre la medicina alternativa que en los medicamentos recetados. A menudo, estos tratamientos han sido poco estudiados y poco se sabe acerca de su eficacia o efectos secundarios. Terapias alternativas médicas generalmente se venden como complementos alimenticios y, por tanto quedan fuera de la regulación de la FDA. Debido a que estos tratamientos se venden sin receta un error se promueve que no son agentes farmacológicos y que no tienen riesgos. Esto no podría estar más lejos de la verdad. Lo que sigue es información limitada acerca de lo que se conoce sobre tratamientos alternativos y su impacto en el tratamiento del glaucoma.

Vitaminas y Suplementos

La vitamina A- vitamina A es un nutriente esencial que ha sido estudiado que contienen propiedades de antioxidantes. Se ha demostrado clínicamente en estudios de enfermedades de ojos relacionadas con edad (AREDS) para reducir la progresión de degeneración de la macula relacionada con la edad (la principal causa de ceguera legal en los Estados Unidos) en algunos pacientes. Sin embargo, ningún estudio hasta la fecha han mostrado una reducción en la presión intraocular en pacientes con glaucoma. Dosis recomendada de vitamina A es de 10,000 UI por día. A dosis más de 30,000 UI toxicidad días eh puede asegurar que resulta en alpecia (caída del cabello), fatiga, dolor de cabeza, vertigo, aumento de la presión intracraneal (la presión elevada del líquido alrededor del cerebro) y cirrosis. Pacientes que fuman no deben tomar vitamina suplemental A debido a una mayor riesgo de cáncer.

Vitamin B12- El papel de la vitamina B12 en el tratamiento del glaucoma no está claro. La deficiencia de vitamina B12 puede resultar en enfermedad de nervio optico similar a glaucoma. Dos estudios que evaluaron suplementos de vitamina B12 en pacientes con glaucoma han demostrado un posible beneficio en la estabilización de la progresión de la enfermedad. Sin embargo estos estudios fueron deficientes en que aún no ha descartado la posibilidad de un estado de deficiencia en su población antes de iniciar el tratamiento. Dosis recomendada es de 100 mcg / día o como parte de un complejo vitamina B.

Vitamin C- La vitamina C ha sido sugerido como un beneficio en el tratamiento del glaucoma, sin embargo, no ha demostrado ningún beneficio.

Vitamina E- Vitamina E no tiene efectos conocidos sobre la presión intraocular. Estudios recientes han demostrado que la suplementación oral puede tener un efecto anti-fibrótico (disminuye la formación de cicatrices) y, como tal, la vitamina E puede convertirse

en una terapia complementaria para la cirugía de glaucoma. Más allá de esto, la vitamina E no parece tener un papel en el tratamiento del glaucoma. Los efectos secundarios de la vitamina E entre otros: trastorno de coagulación sanguínea y puede ser aconsejable suspender el uso de la vitamina E antes de cualquier cirugía. Tendencia a sangrar es más común en pacientes que ya están tomando anticoagulantes como Coumadin y medicamentos antiplaquetarios como la aspirina. Los pacientes que toman estos medicamentos deben consultar con su médico acerca de suplementos de vitamina E antes de comenzar.

El Arándano(Bilberry)- No se ha demostrado disminución en la presión intraocular en los estudios. Además, los estudios de uso de arándano no han mostrado mejoría de la función visual de cualquier tipo. Dosis habitual es de 60 a 160 mg tres veces al día o, en forma de hojas, una taza tres veces al día. Los efectos secundarios incluyen problemas digestivos (náuseas, diarrea). El arándano se sabe que interactúa con otros anticoagulantes incluyendo medicamentos como Coumadin (Warfarina) y Aspirina. Sobredosis de arándano puede dar lugar a la caquexia (pérdida generalizada), anemia e ictericia.

Ginkgo Biloba-La hoja del árbol de ginkgo es la fuente de ginkgo biloba. Se ha utilizado durante siglos en China y Europa. La preparación más común (EGb761) contiene 24% de glucósidos de ginkgo-flavona y 6% terpenoides como los ingredientes activos. La función de estos ingredientes es la inhibición del PAF (factor activador de plaquetas). La función normal del PAF es coordinar la formación de un coágulo de sangre. Sin embargo la actividad excesiva de los PAF puede dar lugar a la broncoconstricción, aumento de la permeabilidad vascular y el aumento de la excitotoxicidad del glutamato que resulta en daño cerebral. Las propiedades de ginkgolido B incluyen antioxidantes y prolongar la vida de factor de relajación derivado del endotelio que, teóricamente, pueden mejorar el flujo sanguíneo del nervio óptico y la salud de los vasos sanguíneos en pacientes con glaucoma. Ginkgo sin embargo, tiene efectos secundarios y la interacción fármaco similar al arándano.

Diet

La cafeína-Se ha teorizado que el consumo de cafeína podría aumentar la presión intraocular al aumentar la cantidad de humor acuoso (líquido) de producción en el ojo. Múltiples estudios han demostrado sin embargo, o bien no aumentar o sólo un pequeño aumento en intraocular (1.0-2.9 mm Hg) en cafeína dosis de 200-400mg. Esto parece indicar que el consumo de cafeína en la dieta habitual probablemente tenga un impacto significativo sobre el glaucoma. Sin embargo, la cafeína tiene otros efectos sistémicos, tales como el vasoespasmo (constricción de los vasos sanguíneos) y la retención de líquidos.

Omega 3 ácidos grasos- Omega-3 los ácidos grasos se encuentran naturalmente en los aceites de pescado. Se ha sugerido que las dietas altas en ácidos grasos omega 3 pueden ayudar en el tratamiento de glaucoma basado en la observación de que los indios inuit (esquimales, con una dieta rica en aceites de pescado) no desarrollan glaucoma. Esta observación sin embargo, es confundido por la genética. Los estudios también han demostrado que la aplicación tópica de productos en base terminal del metabolismo de ácidos grasos omega 3 (E3 prostaglandina y D3) reduce la presión intraocular en conejos. Estudios en seres humanos con ácidos grasos suplementarios Omega 3 han demostrado un mejor campo visual y los resultados de las pruebas de sensibilidad de contraste. Realización de nuevas pruebas para establecer la dosis correcta eficas, efectos secundarios y perfil de riesgo son necesarias.

Total Aportación calórica-Un estudio publicado en 1997 (Li, et al.) Demostró una menor tasa de degeneración en los canales de recogida acuosa en ratones a una dieta restringida en calorías. Aunque esto puede parecer que implica en el tratamiento del glaucoma, en realidad reflejan un retraso en el proceso de envejecimiento. Un estudio más antiguo (1948) en los seres humanos alimentados con una dieta de arroz (baja en proteínas, hidratos de carbono) demostró reducir la presión interocular en 11 de 12 pacientes. Sin embargo, estos pacientes desarrollaron otros problemas relacionados con la desnutrición y no se incluyeron estudios en la población ya diagnosticados con glaucoma.

Ciertas actividades Actividades tales como la realización invertido las posiciones del yoga (donde la cabeza es más baja que el corazón) y tocando instrumentos de viento de alta presión se han demostrado aumentar significativamente la presión interocular (como un incremento del doble de la presión) y se debe evitar pacientes diagnosticados o con sospecha de glaucoma. Es importante no participar en fuerza de apnea en cualquier actividad (por ejemplo, en levantamiento de pesas).

Técnicas de Relajación-Se ha postulado que el aumento de la liberación de cortisol de crónica estresores físicos o emocionales pueden afectar perjudicialmente a la función autonómica (importante en la autorregulación del flujo sanguíneo del nervio óptico). Estrés en estudios a sido ligado a glaucoma sin embargo, son insuficientes y no existe ningún estudio demostrado un efecto de técnicas de relajación en la presión interocular.

Fumar-Se cree por oftalmólogos que fumar cigarrillos aparte de su conocido papel en la aterosclerosis, las enfermedades cardíacas, accidentes cerebrovasculares y la hipertensión-exacerba el glaucoma. Y aunque los estudios de población por Steward en 1994 y Pasquale en el año 2001 no muestran una asociación entre el tabaquismo y la presión interocular elevada o glaucoma, todavía se recomienda que los pacientes ingresados con glaucoma no fumen debido a la probabilidad de que el tabaquismo promueve la progresión de la enfermedad más rápido.

El cannabis (marijuana) - El ingrediente activo del cannabis conocida para reducir la presión interocular es de 9-THC. Aproximadamente el 60-65% de las personas que fuman

marijuanan tendrán una reducción en la presión interocular. La reducción media es de 25% en aquellos que responden. Aunque el 9-THC se puede aislar en la planta, los efectos de euforia en la actualidad no se puede separar la forma de la presión interocular efecto reductor. Debido al rápido metabolismo del compuesto, tendría que tomarse 2-3 horas durante el día y la noche (el equivalente a 10 cigarrillos por día o marijuanan más de 3,500 por año). La administración tópica es de 9-THC se encuentra actualmente ineficaces en la reducción de la presión interocular. La lista de efectos secundarios por el uso crónico de marijuanan es de largo incluyendo el cáncer de pulmón, enfisema pulmonar, disminución de la función mental, la supresión inmune, reduce la presión arterial, aumento del pulso, diplopía, visión borrosa cerca, crónica ojos rojos, y sensibilidad a la luz. El efecto secundario más importante de marijuanan relativa a la gestión de glaucoma sin embargo se reduce la presión arterial que puede de hecho exacerbar el glaucoma. Actual de medicamentos para el glaucoma prescripción tienen una mayor eficacia, una mayor tasa de respuesta y marcadamente reduce efectos secundarios sistémicos en comparación con la marijuanan que hace inútil el papel de maijuanan en el tratamiento del glaucoma.

Observaciones Finales

El papel de la medicina alternativa en el tratamiento de enfermedades como el glaucoma es poco a poco se ha dilucidado. Sin embargo, existe una enorme cantidad que todavía no se entiende. Siempre hable con doctor sobre las terapias alternativas que usted está utilizando, especialmente en el contexto de sus medicamentos recetados y las enfermedades.

Suplementos de vitaminas antioxidantes, el ginkgo, y omega-3 los ácidos grasos, puede ser beneficiosa en el tratamiento del glaucoma siempre una sobredosis de drogas y de las interacciones sistémicas se pueden evitar. Los fumadores deben evitar el cese de la vitamina A. fumadores es ideal. No tome el arándano o ginkgo si también está usando anticoagulantes.

Adapted from Alternative Medicine for Glaucoma. Given by Lisa S. Garnell, MD, FACS, Assistant Professor of Ophthalmology and Visual Sciences, Albert Einstein College of Medicine. Given at the Royal Hawaiian Eye Meeting, January 2005

