

CONTACT LENS'LER HAKKINDA BİLİNMESİ GEREKLİ NOKTALAR

Her yıl 100.000 kadar İngiliz ilk defa contact lens (mercek) kullanmağa başlamaktadır. Sonradan bunlardan yarısı, genellikle birinci yıl içinde bu işden vazgeçiyor. Contact lenslerin yararları ve zararları nelerdir? İşte, size contact lenslerin faydaları, güvenliliği ve maliyeti hakkında, Michael Jeffries'in sorularını karşılayan Londra, Moorfields Göz Hastanesinden bir göz doktorunun yanıtları:

Soru: Contact lens takmanın başlıca yararları nelerdir?

Cevap: Başlıcası dış görünüştür. Bunun yanı sıra pratik yararlarıdır. Gözün yüzeysel tansiyonu, ince, fincan tabağı şeklindeki lensleri gözün kendi merceği olan kornea üzerinde tutar. Gözlerinizi çevirdiğinizde sun'i lensler de gözle rinizle birlikte döner ve size tam bir görüş sağlar. Gözlük burnunuzun üstüne kaydığına veya gözlük camlarından dışarı, yana baktığınızda olan çarpık görüş lensler için bahis konusu değildir. Göz kapakları lensleri temizleyici silecekler gibi hareket ettiğinden, lensler için, gözlük camlarında olduğu gibi buğulanma veya yağmur damlalarından kirlenme de yoktur.

Soru: Kimler lens kullanabilir?

Cevap: Birkaç haftalık bebeklerden tutun da doksan yaşındakilere dek hemen herkes; Kuzey denizi dalgıçları, uçak pilotları, uzun yol sürücülere lens kullanabilir. Lens takan beş kişiden dördü 15 ilâ 30 yaş arasında değişmektedir. Kadınların sayısı erkeklerin iki katıdır.

Soru: Kimlerin contact lens kullanmaması gerekir?

Cevap: Bazı insanların gözleri kurudur veya bazı diğer tıbbî durumları vardır ve bu nedenle lens kullanamazlar. Şeker hastaları, astımlılar, artiriti olanlar, belirli bazı ilaçları alanlar lens kullanıyabilirler. Adetten kesilme, gebelik ve bazan ağızdan alınan gebelik önleyici hapların hormonal etkileri de lens takanları etkileyebilir.

Doğal temizliği kalmamış, kimyevi maddelerle kirlenmiş bir çevrede çalışanlar contact lenslerin, örneğin toksik dumanlar veya yoğun sigara dumanını, göz iritasyonunu arttırdığını hissederler. Lens kullananlar, doğal hava kirlenmelerinin, örneğin çiçek tozlarının, havada yoğun bulunuşundan da etkilenirler.

Soru: Contact lensler ne gibi göz bozukluklarını düzeltir?

Cevap: Genellikle uzak-görüş bozukluğu (Hipermetropi), yakın-görüş bozukluğu (Miyopi) ve görüntülerin çarpılması demek olan (astigmatizm) de memnuniyet verici düzeltme sağlamaktadırlar. Aphakia denilen ve katarakt ameliyatı sonucu gözün merceğinin çıkartılması demek olan özel tıbbî durumlarda tedavi olarak lens takıldığı gibi, korneanın ince ve koni biçiminde olduğu ve çarpık görüntü sağlama durumu olan keratoconus halinde de kullanılır. Bazı miyop vakalarında yıllarca kullanılan sert contact lensler gözün kavisini değiştirmek suretiyle hatta doğal görüşü dahi geliştirirler.

Soru: Kullanmak için seçilecek en iyi lensler hangisidir?

Cevap: Bu kullanacak şahsın gereksinmesine bağlıdır. Lens kullananlardan yüzde ellisine şimdi yumuşak lens takılmaktadır. Bu, örneğin Polyhema, su emici, peltemsi bir polimer plastiktir. Kuru iken kolay kırılan bu lensler ıslatılınca yumuşak ve kolayca bükülebilir durumdadır. Takıldıkları esnada gözün doğal yaşını emer ve iç yüzleri ile göze, tıpkı duvar kâğıdının duvara yapıştığı gibi sıkıca yapışır. Yumuşak lensler geceleyin çıkartılmalıdır, fakat bazı vakalarda haftalarca günde 24 saat takılmaları da önerilir.

Genellikle, Polymethyl Methacrylate veya Cellulose Acetate Butyrate gibi plastiklerden yapılan sert lensler daha dayanıklıdır. Bunlar kornea üzerindeki gözyaşı tabakası üzerinde adeta yüzer durumdadırlar. Fakat katı olduklarından bazı insanların gözleri bunlara alışmakta zorluk çeker. Gözü tahriş eden yabancı cisimlerin bunların altına kaçması olasılığı da çoktur. Spor yapanlar ve faal kadınlar için, korneayı olduğu kadar gözün akını da kaplayan sert veya yumuşak lensler, lensin düşüp kaybolmasını önler. Yüzücüler ve dalgıçlar da, lenslerinin su ile sürüklenmesini istemiyorlarsa bu tip lens kullanmalı veya lensden başka, yanları kapalı iri pilot gözlükleri takmalıdır.

Sert olsun, yumuşak olsun lensler açık renk ve hassas gözlükleri güneş ışınlarından korumak için renkli olabilir. Bu göze istenen rengi de sağladığından, film ve televizyon artistleri arasın-

da yaygın olarak kullanılmaktadır. Gözleri yaralanan, veya yara izi devamlı kalan hastalarda da renkli lens kullanılmaktadır.

Soru: Contact lensler, gözlüğün sağladığı kadar iyi görüş sağlar mı?

Cevap: En iyi görüş için gözlük başta gelir, onu sert lensler izler, yumuşak lensler üçüncü derecededir.

Ben şahsen, bir göz cerrahı olarak, görevim başında gözlük takarım, sosyal yaşamımda da yumuşak contact lens kullanırım. Aynı şekilde, bir saat tamircisi veya bir muhasebeci çalışırken gözlük tercih etmelidir; halbuki bir çiftlik sahibi, bir müvezzi, veya bir futbolcu contact lens kullanabilir işinin başında.

Soru: Gözlükten contact lense geçiş zor mudur?

Cevap: On kişiden sekizi, gözlükten contact lense geçişte hiçbir problem ile karşılaşmaz. Alışkanlık lensleri gittikçe artan sürelerle takmaklı başlar; başlangıçta yumuşak lensler daha rahattır; sert lenslere tam uyum yapabilmek için 3 aylık sebat ister.

Soru: Contact lens almak için nasıl bir girişimde bulunabiliriz?

Cevap: İlk adım bir göz doktorundan randevu almaktır. Bu muayenede gözlerin sağlık durumu araştırılır, korneanın biçim ve eğriliği ölçülür. Çoğu kez bu esnada doktorunuz size deneme lensleri takıp gözünüzün bu işe dayanıp dayanamayacağına bakar. (Eğer gözde komplike bir durum mevcutsa veya gözlerinizin sağlığı hakkında herhangi bir kuşku varsa, lens takmadan önce bunların giderilmesi gerekebilir).

Soru: Contact lenslerin maliyeti nedir?

Cevap: Bu son derece değişiktir. Sert lensler daha ucuzdur ve daha dayanıklıdır, 30 yıl kullanılabilir. Şekil ve materyale bağlı olarak bir çiftti 40 ilâ 100 Sterling arasında değişir. Kaybolan veya hasara uğrayan lenslerin yerine çoğu kez doktorlar daha ucuza malolmek üzere yedek lens sağlamaktadır. Temizleme ve nemlendirme solüsyonları yılda toplam 12 Sterling tutar; zaman zaman yapılan cilâlama ve şekillendirme dışında başka tıbbi işlem istemez. Yumuşak lenslerin, ki 1 ilâ 3 yıl kullanılabilir, çiftti 65 Sterling'dir. Yumuşak ve devamlı takılan ve astigmatizm için kullanılan lensler için 100 - 200 Sterling ödemeniz gerekir. Yumuşak lensler için kullanılan solüsyonlar ise size ayda 1,5 - 4 Sterling'e malolur...

Soru: Contact lensler göze zarar verir mi?

Cevap: Kullananlar, kendilerine öğütlenen temizleme işlemini tam olarak uyguladıkları takdirde; iyi ve doğru olarak takılan lenslerin bir

aspirin içmekten daha fazla rizikosunu yoktur. Fakat, hijyene aldirmamak veya steril olmayan temizleme solüsyonu kullanmak gözün enfeksiyonuna yol açabilir.

İki yıl süresince muayene ettiğim 200 hastaya dayanarak söyleyebilirim ki, bunların sadece yüzde birinde bir komplikasyon başgöstermiş, bazan geçici körlük ortaya çıkmış ve hastanede bakım gerektirmiştir.

Lenslerin gereken süreden uzun kullanılması ciddi problemlere yol açabilir, özellikle sadece kısa süreler için kullanılması öğütlenmişse. Hele tedavi edilmezse, ciddi enfeksiyonlar görüşün tamamen kaybolmasına bile neden olabilir.

Soru: Lenslerin temizlenmesi işi biraz sıkıcı değil mi?

Cevap: Çoğu kimse bunu, tıpkı dişlerini fırçalamak gibi, günlük işden saymaktadır. Sert olsun, yumuşak olsun, bütün lenslerin doğal gözyaşında bulunan yağ ve sümüksü maddeden arınacak şekilde temizlenmesi hayati önem taşır.

Sert lenslerin, çalkalandıktan önce ve sonra temizleyici solüsyona daldırılması ve cepte taşınabilen, tuzlu su dolu plastik kabin içine konulması gerekir; bazıları da kuru olarak saklanılır.

Yumuşak lensler, dikkatlice özel temizleme solüsyonu ile arıtılmalı veya bir tuzlu solüsyonda ısıtılmalıdır. Her iki tip lens için de yapılacak bu temizlik işlemi birkaç dakikadan fazla tutmaz.

Soru: Lensi ilk defa kullanacaklar için yapılması ve yapılmaması gerekli bellibaşlı hususlar nelerdir?

Cevap: Bir kere lense yavaş yavaş alıştırmak gerekir; lensi takıp hemen birkaç saat kullanılmamalıdır. Reçeteye yazılmış olan temizlik ve takma işlemlerine uymalıdır. Lensleri kullanmadan önce elleri iyice yıkamak ve durulamak ister, çünkü özellikle yumuşak lenslerin çizilmesi veya yırtılması kolaydır. Spreyler, kozmetikler, sabun ve kremler ile çabucak etkilenirler.

Gündüz-takılan lensler ile hiç uyumamak gerekir; eğer yatakta uykudan önce okumak isterseniz gözlük kullanmalısınız. Contact lensler gözü güneş ışığına ve parlaklığa karşı daha duyarlı kılar; bu nedenle size iyi bir görüş sağlayacak bir güneş gözlüğü seçin ve araba kullanırken hatırıncıdan çıkarmayın ki siz önünüzdeki yolu birbirinden ayrı üç perde arkasından görmektesiniz. Gözlerinizin ve lenslerinizin çok iyi durumda olduğunu anlamak için yıllık kontrolünüzü muhakkak yaptırın.

Eğer contact lensleriniz size ağrı veriyor, gözleriniz devamlı kızarıyor, görüşünüz bulanıklaşıyorsa, gözkapaklarınız kızarık ve şişse veya

sulanma oluyorsa, lensleri çıkartın ve hemen doktora başvurun.

Soru: Contact lenslerle ilgili ne gibi gelişmeler görüyorsunuz?

Cevap: Çifti 140 Sterling tutarında olmak üzere geliştirilmiş yumuşak silikon lüstik lensler satışa çıkartılmıştır. Hava lüstik içinden geçtiği için bu lensler gözün "teneffüs etmesini" mümkün kılar.

Bunu izleyecek olan yenilik, her birkaç ayda bir kaldırılıp atılacak yumuşak lenslerdir. Basınç altında likit materyalden hemen takılabilecek lensler yapabilmek en son teknik ile de hem şekil-

lendirmeye ve cilalama işlemleri son bulmakta hem de fiyat birkaç 'pence'ye düşmektedir. Böylece lens kullananlar bilgisayarlı otomatik gözölçen aletlerden alacakları reçeteyi gözlükçüye götürüp istedikleri şekilde bir düzine lens satın alabileceklerdir.

Bir kimsenin görüşünü düzeltmek için o kimsenin "burnunu kısıran, kulaklarını saran" şeyden daha iyi bir yol bulunması gerektiğini yazan göz doktorundan bu yana epey yol katetmiş bulunduğumuzdan kuşku yok.

READER'S DIGEST'den
Çeviren: Ruhsar KANSU

Bilgisayar Dünyasından:

GÖRDÜĞÜ YÜZÜ HIÇ UNUTMAYAN BİLGİSAYAR

Celme BULCA

Pek çoğumuz belleğimizin gücünü kanıtlayabilmek için şöyle deriz: "Ben bir gördüğüm şeyi bir daha hiç unutmam, nerde tekrar görsem hemen anımsarım". Aslında zaman boyutu göz önüne alındığında en güçlü bellekler için dahi bu olanaksızdır, hiç kuşkusuz. Ama, şimdi size tanıtmaya çalışacağımız bilgisayar için bu böyle değil. Bu makine gördüğü bir yüzü hiç unutmuyor ve tekrar görünce hemen anımsıyor. Evet, Amerika Birleşik Devletleri'nde Case Western University'deki bilgisayar uzmanları altı aylık bir çalışma sonunda ellerindeki bilgisayarda böyle bir program geliştirmeyi başarmışlar. Bilgisayarın belleğinde insan yüzünün önceden saptanan ayrıntılı özellikleri saklanıyor, sonra da, istendiğinde bilgisayar saklamış olduğu bu yüz tanımları arasından, kendisine verilene en uygun olanı bulup çıkarabiliyor (1).

Projenin ilk aşamasında şöyle bir yöntem uygulanmış: Kişilere portreler gösterilerek, bu portrelerdeki yüz özelliklerini önceden saptanan bir listeye uygun olarak belirlemeleri istenmiş. Sonra da bu belirlenen özellikler yüz tanımları olarak bilgisayarın belleğine geçirilmiş. Uygulanan ikinci aşamada ise, insan yüzünün fotoğrafından alınan profil özellikleri bir ressam tarafından kâğıda aktarılarak, bu kâğıtların optik tarayıcı kullanılmak suretiyle bilgisayarın belleğine geçirilmesi sağlanmış. Bu suretle bilgisayarın belleğinde tanımlanmış yüzler arasından, örneğin belirli bir tanıma en uygun olanları veya

farklı olanları bulup çıkarabilmesi mümkün oluyormuş.

Bu ilginç projeyi yöneten Biomedikal Mühendislik Departmanından Profesör Leon Harmon, amaçlarının otomatik personel tanıma olduğunu söylüyor. Örneğin, çok sayıda işçi çalıştıran bir fabrikada, ya da belirli kişilerin girip çıkabildiği bir kuruluşta, personelin hüviyet kartı göstermesizin yalnızca yüz özellikleri kullanılarak bilgisayarca tanınabilmesi amaçlanıyor. Ancak bunun için makinenin "cisimleri görebilme" yeteneğinin hızlı ve kullanılabilir bir duruma getirilmesi ve bilgi bankalarında saklanan özelliklerin yeterince doğru ve işe yarar bir biçimde yorumlanabilmesi gerekiyor. Bu hatırı sayılır sorunlar çözülebildiği takdirde, gün gelip bilgisayarın fabrikalarda ya da güvenliği önemli kuruluşlarda kapılarda görevli kişilere büyük çapta yardımcı bulunacağı, hatta onların yerlerini alacağı düşünülebilir.

Bilgisayar Orman Yangınlarını Önlemede Yardımcı Oluyor

Orman yangınlarının özellikle yaz aylarında Türkiye için büyük bir sorun oluşturduğu herkesçe biliniyor. Orman alanlarının birinde birdenbire patlak veren bir yangın büyük çabalar sonucu kontrol altına alınırken bu sefer başka bir yerde yeni bir yangın çıkar. Acaba bu yangınların nerelerde çıkabileceği önceden yaklaşık olarak tahmin edilip önlem alınamaz mı? İşte dünyanın