



اطلاعات رتینوپاتی دیابتی

رتینوپاتی دیابتی چیست؟

- رتینوپاتی دیابتی یک مشکل شایع چشمی است که می‌تواند در افرادی که مدت طولانی دچار دیابت بوده‌اند، رخ دهد. گاهی اوقات به آن "دیابت در چشم" نیز گفته می‌شود. قند خون بالا به آرامی عروق خونی کوچک در پشت چشم در بخشی به نام شبکیه، را آسیب می‌زند. با گذشت زمان، عروق خونی ناسالم جدیدی ممکن است رشد کنند یا بخشی از شبکیه متورم شده و بینایی شما را بدتر کند. بدون درمان، این می‌تواند به مشکلات جدی بینایی منجر شود.

چه کسانی در معرض خطر هستند؟

- هر فردی با دیابت نوع ۱ یا نوع ۲ می‌تواند به رتینوپاتی دیابتی دچار شود. خطر شما بیشتر است اگر:
- مدت زیادی مبتلا به دیابت بوده‌اید
- در حفظ سطح قند خون در محدوده سالم مشکل دارید
- فشار خون بالا یا کلسترول بالا دارید
- باردار هستید
- سیگار می‌کشید

علائم چیست؟

- ممکن است در مراحل اولیه هیچ علائمی نداشته باشید. با پیشرفت بیماری، ممکن است:
- دید تار یا متغیر داشته باشید
- نقاط یا شناورها در دیدتان ببینید
- لکه‌های تیره یا نواحی غایب در بینایی‌تان داشته باشید
- در شب مشکل دید داشته باشید
- از آنجا که از دست دادن بینایی می‌تواند به آرامی و بدون درد اتفاق بیفتد، مهم است که معاینات چشمی منظم داشته باشید.

چگونه تشخیص داده می‌شود؟

- یک چشم پزشک رتینوپاتی دیابتی را با استفاده از:
- معاینه کامل، از جمله گشاد کردن چشم برای بررسی شبکیه در پشت چشم
- اسکن برای بررسی تورم در پشت چشم شما



- چشم پزشک شما ممکن است همچنین عکس برداری کند یا از تصویربرداری های خاص برای بررسی عروق خونی استفاده کند

گزینه های درمان

- ممکن است در مراحل اولیه به درمان نیاز نداشته باشید، بلکه تنها باید قند خون خود را به خوبی کنترل کنید و معاینات چشمی منظم انجام دهید. اگر وضعیت بدتر شود، پزشک شما ممکن است توصیه کند:
- تزریق دارو به چشم برای کاهش تورم و جلوگیری از رشد عروق خونی ناسالم
- درمان های لیزری برای جلوگیری از رشد عروق خونی ناسالم
- جراحی برای برداشتن خون یا بافت جوشگاه اگر خونریزی داخل چشم داشته اید

زندگی با رتینوپاتی دیابتی

- با تیم مراقبت های بهداشتی خود برای مدیریت دیابت و دیگر عوامل خطر مانند فشار خون و کلسترول همکاری کنید
- حتی اگر دید خوبی دارید، هر ساله معاینات چشمی داشته باشید
- اگر بینایی تان تغییر کرد با چشم پزشک خود تماس بگیرید

سؤالات متداول

- سؤال: آیا رتینوپاتی دیابتی قابل بازگشت است؟
 - پاسخ: تغییرات اولیه گاهی می توانند با کنترل بهتر قند خون بهبود یابند. مراحل پیشرفته تر ممکن است نیاز به درمان برای جلوگیری از بدتر شدن آسیب داشته باشند.
 - سؤال: آیا من نابینا خواهم شد؟
 - پاسخ: اگر درمان نشود، می تواند باعث از دست دادن شدید بینایی شود. اما با مراقبت های اولیه، بسیاری از افراد بینایی خوبی حفظ می کنند.
 - سؤال: آیا می توانم از آن جلوگیری کنم؟
 - پاسخ: بله، با کنترل دیابت خود، نکشیدن سیگار و انجام معاینات چشمی کامل سالیانه.
- این سند توسط دکتر استیو آرشینوف بررسی شده است.