



Impormasyon Tungkol sa Diabetic Retinopathy

Ano ang Diabetic Retinopathy?

Diabetic retinopathy ay isang karaniwang problema sa mata na maaaring mangyari sa mga taong matagal nang may diabetes. Minsan itong tinatawag na "diabetes sa mata." Ang mataas na asukal sa dugo ay dahan-dahang sumisira sa maliliit na daluyan ng dugo sa likod ng mata, sa bahagi na tinatawag na retina. Sa paglipas ng panahon, maaaring tumubo ang mga bagong hindi malusog na daluyan ng dugo, o maaaring mamaga ang bahagi ng retina na pinapalala ang iyong paningin. Kung walang paggamot, ito ay maaaring humantong sa malubhang problema sa paningin.

Sino ang Nasa Panganib?

Sino mang may Type 1 o Type 2 diabetes ay maaaring magkaroon ng diabetic retinopathy. Mataas ang iyong panganib kung ikaw ay:

- Matagal nang may diabetes
- Nahihirapan sa pagpapanatili ng asukal sa dugo sa tamang antas
- May mataas na presyon ng dugo o mataas na kolesterol
- Buntis
- Nagsisigarilyo

Ano ang Mga Sintomas?

Maaaring hindi mo mapansin ang anumang sintomas sa mga unang yugto. Habang lumalala ang sakit, maaari kang makaranas ng:

- Malabo o nagbabagong paningin
- Mga batik o floaters sa iyong paningin
- Madidilim na mga bahagi o nawawalang mga bahagi ng iyong paningin
- Hirap sa pagtingin sa gabi

Dahil ang pagkawala ng paningin ay maaaring mangyari nang dahan-dahan at walang sakit, mahalagang magkaroon ng regular na pagsusuri sa mata.



Paano Natutukoy?

Sinusuri ng isang espesyalista sa mata ang diabetic retinopathy gamit ang:

- Isang kumpletong pagsusuri, kabilang ang pagpapalawak ng pupil upang tingnan ang retina sa likod ng iyong mata
- Isang scan upang suriin ang pamamaga sa likod ng iyong mata
- Maaaring kumuha ang iyong doktor ng mga litrato o gumamit ng espesyal na imaging upang suriin ang mga daluyan ng dugo

Mga Pagpipilian sa Paggamot

Maaaring hindi mo kailanganin ng paggamot sa mga unang yugto, basta't iyong makontrol ang asukal sa dugo at regular na magpa-check up sa mata. Kung lalala ang kondisyon, maaaring irekomenda ng iyong doktor ang:

- Mga iniksyon sa mata upang bawasan ang pamamaga at pigilan ang bagong hindi malusog na daluyan ng dugo sa pagtubo
- Mga laser treatment upang pigilan ang pagtubo ng hindi malusog na daluyan ng dugo
- Operasyon upang alisin ang dugo o pekrat na tisyu kung nagkaroon na ng pagdurugo sa loob ng mata

Pamumuhay na may Diabetic Retinopathy

- Makipagtulungan sa iyong healthcare team upang pamahalaan ang diabetes at iba pang risk factors tulad ng presyon ng dugo at kolesterol
- Magpa-examine sa mata taun-taon, kahit na maayos pa ang iyong paningin
- Makipag-ugnayan sa iyong doktor sa mata kung magbago ang iyong paningin

Mga Madalas Itanong

Q: Maari bang magamot ang diabetic retinopathy?

A: Maaaring gumaling ang mga unang pagbabago sa pamamagitan ng mas maayos na kontrol sa asukal sa dugo. Ang mga mas huling yugto ay maaaring mangailangan ng paggamot upang hindi na lumala ang pinsala.

Q: Mawawalan ba ako ng paningin?



A: Kung hindi ito magamot, maaaring magdulot ito ng malubhang pagkawala ng paningin. Ngunit sa maagang pangangalaga, maraming tao ang nakakapagpanatili ng magandang paningin.

Q: Maaari bang maiwasan ito?

A: Oo, sa pamamagitan ng pagpapanatili ng kontrol sa iyong diabetes, hindi paninigarilyo, at pagkuha ng kumpletong pagsusuri sa mata taun-taon.

Ang dokumentong ito ay sinuri ni Dr. Steve Arshinoff.