



# 당뇨병성 망막증 정보지

## 당뇨병성 망막증이란?

당뇨병성 망막증은 당뇨병을 오래 앓은 사람에게 흔히 발생할 수 있는 눈 질환입니다. 이는 '눈 속의 당뇨병'이라고도 불리며, 높은 혈당이 서서히 눈 뒤쪽의 망막에 있는 작은 혈관을 손상시킵니다. 시간이 지남에 따라 건강하지 않은 새로운 혈관이 자라거나 망막의 일부가 부풀어 시력이 악화될 수 있습니다. 치료 없이 방치할 경우, 심각한 시력 문제로 이어질 수 있습니다.

## 누가 위험에 처해 있나요?

1형 또는 2형 당뇨병을 앓고 있는 누구나 당뇨병성 망막증에 걸릴 수 있습니다. 다음과 같은 경우 위험이 더 높아집니다:

- 오랫동안 당뇨병을 앓고 있는 경우
- 혈당을 건강한 범위 내로 유지하는 데 어려움이 있는 경우
- 고혈압이나 고콜레스테롤을 앓고 있는 경우
- 임신 중인 경우
- 담배를 피우는 경우

## 증상은 무엇인가요?

초기 단계에서는 증상을 알아차리지 못할 수 있습니다. 질병이 악화됨에 따라 다음과 같은 증상이 나타날 수 있습니다:

- 시야가 흐리거나 변하는 경우
- 시야에 점이나 비문이 보이는 경우



- 시야에 어두운 부분이나 결손이 있는 경우
- 밤에 보기 어려운 경우

시력 손실은 서서히 발생할 수 있으며 통증이 동반되지 않을 수 있으므로 정기적인 안과 검진이 중요합니다.

## 어떻게 진단되나요?

안과 의사는 다음과 같은 방법으로 당뇨병성 망막증을 검사합니다:

- 망막을 보기 위해 동공을 확장하여 진행하는 완전한 검진
- 눈 뒤쪽의 부기를 확인하는 스캔

안과 의사는 혈관을 확인하기 위해 사진을 찍거나 특수 이미징을 사용할 수도 있습니다.

## 치료 옵션

초기 단계에서는 특별한 치료가 필요하지 않으며, 혈당을 잘 조절하고 정기적인 눈 검사를 받는 것으로 충분할 수 있습니다. 상태가 악화되면 의사가 다음을 권장할 수 있습니다:

- 새로운 건강하지 않은 혈관의 성장을 막고 부기를 줄이기 위해 안구 주사를 통한 치료
- 건강하지 않은 혈관의 성장을 막기 위한 레이저 치료
- 눈 내부 출혈이 있는 경우 혈액이나 흉터 조직 제거를 위한 수술

## 당뇨병성 망막증과 함께 생활하기

- 당뇨병과 혈압, 콜레스테롤과 같은 위험 요인을 관리하기 위해 건강 관리 팀과 협력하십시오.
- 시력이 좋더라도 매년 안과 검진을 받으세요.
- 시력이 변하면 안과 의사와 연락하세요.



## 자주 묻는 질문

Q: 당뇨병성 망막증을 되돌릴 수 있나요?

A: 초기 변화는 때때로 더 나은 혈당 조절로 개선될 수 있습니다. 후기 단계에서는 손상을 막기 위해 치료가 필요할 수 있습니다.

Q: 실명하게 될까요?

A: 치료하지 않으면 심각한 시력 손실을 초래할 수 있습니다. 하지만 조기 치료로 많은 사람들이 좋은 시력을 유지합니다.

Q: 예방할 수 있나요?

A: 네, 당뇨병을 잘 관리하고 담배를 피우지 않으며 매년 완전한 안과 검진을 받는 것으로 예방할 수 있습니다.

이 문서는 스티브 아르쉬노프 박사에 의해 검토되었습니다.