



ਮਧੁਮੇਹਕ ਰੇਟੀਨੋਪੈਥੀ ਜਾਣਕਾਰੀ ਪੱਤਰ

ਮਧੁਮੇਹਕ ਰੇਟੀਨੋਪੈਥੀ ਕਿ ਹੈ?

ਦੀਬੇਤੀ ਰੇਟੀਨੋਪੈਥੀ ਇੱਕ ਆਮ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਸਮੱਸਿਆ ਹੈ ਜੋ ਲੰਬੇ ਸਮੇਂ ਤੋਂ ਮਧੁਮੇਹ ਰਿਹਾ ਹੋਈਆਂ ਲੋਕਾਂ ਵਿੱਚ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਇਸਨੂੰ ਕਈ ਵਾਰ "ਅੱਖ ਵਿੱਚ ਮਧੁਮੇਹ" ਵੀ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਉੱਚ ਖੂਨ ਵਿੱਚ ਖੰਡ ਦੀ ਮਾਤਰਾ ਪਿੱਛੇ ਦੀ ਅੱਖ ਵਿੱਚ ਲਗਾਤਾਰ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਛੋਟੀਆਂ ਨਲੀਆਂ ਨੂੰ ਨੁਕਸਾਨ ਪਹੁੰਚਾਉਂਦੀ ਹੈ, ਜੋ ਇੱਕ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਰੇਟੀਨਾ ਕਿਹਾ ਜਾਂਦਾ ਹੈ। ਸਮੇਂ ਦੇ ਨਾਲ, ਨਵੇਂ ਗੈਰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਲੀਆਂ ਉਗ ਸਕਦੀਆਂ ਹਨ, ਜਾਂ ਤੁਹਾਡੀ ਰੇਟੀਨਾ ਦਾ ਕੁਝ ਹਿੱਸਾ ਸੂਜਣ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ ਅਤੇ ਤੁਹਾਡੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਨੂੰ ਖਰਾਬ ਕਰ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਇਲਾਜ ਨਾ ਹੋਣ 'ਤੇ ਇਹ ਗੰਭੀਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਸਮੱਸਿਆਵਾਂ ਨੂੰ ਜਨਮ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਕੌਣ ਇਸ ਦੇ ਜੋਖਮ ਵਿੱਚ ਹੈ?

ਕੋਈ ਵੀ ਵਿਅਕਤੀ ਜਿਸਨੂੰ ਟਾਈਪ 1 ਜਾਂ ਟਾਈਪ 2 ਦੀਬੇਤੀ ਹੈ, ਉਸਨੂੰ ਦਿਬੇਟੀਕ ਰੇਟੀਨੋਪੈਥੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਤੁਹਾਡਾ ਜੋਖਮ ਵਧ ਜਾਂਦਾ ਹੈ ਜੇ ਤੁਸੀਂ:

- ਬਹੁਤ ਸਾਲਾਂ ਤੋਂ ਮਧੁਮੇਹ ਰਹੇ ਹੋ
- ਤੁਹਾਡੇ ਖੂਨ ਸ਼ੱਕਰ ਨੂੰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਮਿਆਰ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਵਿੱਚ ਮੁਸ਼ਕਲ ਦਿੰਦਾ ਹੋ
- ਉੱਚ ਰਕਤ ਚਾਪ ਜਾਂ ਕੋਲੇਸਟ੍ਰੋਲ ਹੋਣ
- ਗਰਭਵਤੀ ਹੋਣਾ
- ਸਿਗਰਟ ਪੀਣਾ

ਲਛਣ ਕੀ ਹਨ?

ਤੁਸੀਂ ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਚਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਕੋਈ ਲਛਣ ਮਹਿਸੂਸ ਨਹੀਂ ਕਰ ਸਕਦੇ। ਜਿਉਂ ਜਿਉਂ ਬਿਮਾਰੀ ਬਧਦੀ ਹੈ, ਤੁਸੀਂ ਮਹਿਸੂਸ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ:

- ਧੁੰਦਲਾਪਨ ਜਾਂ ਬਦਲਦਾਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ
- ਤੁਹਾਡੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਿੱਚ ਧੱਬੇ ਜਾਂ ਫਲੇਟਰਸ



- ਤੁਸੀਂ ਰਾਤ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਵਿੱਚ ਸਮੱਸਿਆ ਦਾ ਸਾਹਮਣਾ ਕਰ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਖੋਣ ਹੌਲੀ-ਹੌਲੀ ਅਤੇ ਬਿਨਾਂ ਦਰਦ ਦੇ ਵੀ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ, ਇਸ ਲਈ ਨਿਯਮਤ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਉਣ ਬਹੁਤ ਜ਼ਰੂਰੀ ਹੈ।

ਇਹ ਕਿਸ ਤਰ੍ਹਾਂ ਪੈਕਿਆ ਜਾਂਦਾ ਹੈ?

ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਦੀਬੇਤੀ ਰੇਟੀਨੋਪੈਥੀ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਦਾ ਹੈ:

- ਪੂਰੀ ਜਾਂਚ, ਜਿਸ ਵਿੱਚ ਰੇਟੀਨਾ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਨੂੰ ਦੇਖਣ ਲਈ ਵਿਸਥਾਰ ਸ਼ਾਮਲ ਹੈ
- ਆਪ ਦੀ ਅੱਖ ਦੇ ਪਿਛਲੇ ਹਿੱਸੇ ਵਿੱਚ ਸੂਜਨ ਦੀ ਜਾਂਚ ਲਈ ਸਕੈਨ
- ਤੁਹਾਡਾ ਅੱਖਾਂ ਦਾ ਡਾਕਟਰ ਹਮੇਸ਼ਾਂ ਫੋਟੋ ਖਿੱਚ ਸਕਦਾ ਹੈ ਜਾਂ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਲੀਆਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਨ ਲਈ ਵਿਸ਼ੇਸ਼ ਇਮੇਜਿੰਗ ਵਰਤ ਸਕਦਾ ਹੈ

ਇਲਾਜ ਦੇ ਵਿਕਲਪ

ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਚਰਨਾਂ ਵਿੱਚ ਤੁਹਾਨੂੰ ਸਿਰਫ਼ ਤੁਹਾਡੀ ਖੂਨ ਸ਼ੱਕਰ 'ਤੇ ਸਹੀ ਕਾਬੂ ਅਤੇ ਨਿਯਮਤ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਦੀ ਲੋੜ ਹੋ ਸਕਦੀ ਹੈ। ਜੇ ਉਥੇ ਹਾਲਤ ਖਰਾਬ ਹੋ ਜਾਂਦੀ ਹੈ, ਤੁਹਾਡਾ ਡਾਕਟਰ ਸਲਾਹ ਦੇ ਸਕਦਾ ਹੈ:

- ਐਕਿਆਂ ਵਿੱਚ ਸੂਜਨ ਨੂੰ ਘਟਾਉਣ ਅਤੇ ਨਵੇਂ ਗੈਰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਲੀਆਂ ਦੀ ਉਗਾਈ ਰੋਕਣ ਲਈ ਟੀਕੇ
- ਨਵੇਂ ਗੈਰ ਸਿਹਤਮੰਦ ਖੂਨ ਦੀਆਂ ਨਲੀਆਂ ਦੀ ਉਗਾਈ ਰੋਕਣ ਲਈ ਲੇਜ਼ਰ ਇਲਾਜ
- ਜੇ ਅੰਦਰ ਖੂਨ ਦਾ ਸ੍ਰਾਵ ਹੋਇਆ ਹੈ ਤਾਂ ਖੂਨ ਜਾਂ ਦਾਗਸੂ 제거 ਲਈ ਸਰਜਰੀ

ਮਧੁਮੇਹਕ ਰੇਟੀਨੋਪੈਥੀ ਨਾਲ ਜੀਵਨ

- ਆਪਣੇ ਦੇਖਭਾਲ ਟੀਮ ਦੇ ਨਾਲ ਨਿਯੰਤ੍ਰਣ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ ਲਈ ਖੂਨ ਸ਼ੂਗਰ, ਬਲਡ ਪ੍ਰੈਸ਼ਰ ਅਤੇ ਕੋਲੇਸਟਰੋਲ ਵਰਗੇ ਜੋਖਮ ਕਾਰਕਾਂ ਨੂੰ ਪ੍ਰਬੰਧਨ ਕਰੋ
- ਹਰ ਸਾਲ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾਓ, ਚਾਹੇ ਤੁਸੀਂ ਪ੍ਰਕਾਸ਼ ਨੂੰ ਸਹੀ ਤਰੀਕੇ ਨਾਲ ਵੇਖ ਸਕਦੇ ਹੋ
- ਜੇਕਰ ਤੁਹਾਡੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਵਿੱਚ ਬਦਲਾਅ ਹੋਰਾਨ ਕਰਦੇ ਹੋ ਤਾਂ ਆਪਣੇ ਅੱਖਾਂ ਦੇ ਡਾਕਟਰ ਨੂੰ ਸੰਪਰਕ ਕਰੋ



ਆਮ ਪੁੱਛੇ ਜਾਣ ਵਾਲੇ ਸਵਾਲ

Q: ਕੀ ਦਿਬੇਟੀਕ ਰੇਟੀਨੋਪੈਥੀ ਪਲਟਾਈ ਜਾ ਸਕਦੀ ਹੈ?

A: ਸ਼ੁਰੂਆਤੀ ਬਦਲਾਅ ਕਈ ਵਾਰ ਖੂਨ ਸ਼ੱਕਰ ਦੇ ਬਿਹਤਰ ਕੰਟਰੋਲ ਨਾਲ ਸੁਧਾਰਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਅਗਲੇ ਪੜਾਅ ਦਾ ਇਲਾਜ ਕਰਨ ਦੀ ਲੋੜ ਪੈਂਦੀ ਹੈ ਤਾਂ ਜੋ ਨੁਕਸਾਨ ਨੂੰ ਹੋਰ ਨਾ ਵਧਣ ਦੇਣ ਲਈ।

Q: ਕੀ ਮੈਂ ਅੰਧਾ ਹੋਵਾਂਗਾ/ਹੋਵਾਂਗੀ?

A: ਜੇ ਇਸ ਦਾ ਇਲਾਜ ਨਹੀਂ ਕੀਤਾ ਜਾਂਦਾ ਤਾਂ ਇਹ ਗੰਭੀਰ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਖ਼ੋਣ ਦਾ ਕਾਰਨ ਬਣ ਸਕਦਾ ਹੈ। ਪੂਰਵ ਇਲਾਜ ਦੇ ਨਾਲ, ਬਹੁਤ ਸਾਰੇ ਲੋਕਾਂ ਦੀ ਦ੍ਰਿਸ਼ਟੀ ਸੁਧਰਦੀ ਰਹਿੰਦੀ ਹੈ।

Q: ਕੀ ਮੈਂ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕ ਸਕਦਾ/ਸਕਦੀ ਹਾਂ?

A: ਜੀ, ਤੁਹਾਡੇ ਮਧੁਮੇਹ ਨੂੰ ਨਿਯੰਤਰਣ ਵਿੱਚ ਰੱਖਣ, ਨਾਂ ਸਿਗਰਟ ਪੀਣ, ਅਤੇ ਸਾਲਾਨਾ ਪੂਰੀ ਅੱਖਾਂ ਦੀ ਜਾਂਚ ਕਰਵਾ ਸਕਣ ਨਾਲ ਇਸ ਨੂੰ ਰੋਕਿਆ ਜਾ ਸਕਦਾ ਹੈ।

ਇਸ ਦਸਤਾਵੇਜ਼ ਨੂੰ ਡਾਕਟਰ ਸਟੀਵ ਅਰਸ਼ਿਨੇਫ ਨੇ ਸਮੀਖਿਆ ਕੀਤਾ।