

احتمالا همه دیابتی ها این را می دانند که بیماری شان در بلندمدت، تهدیدی برای سلامت چشم شان است، ولی به احتمال زیاد، بیشترشان نمی دانند که دیابت یکی از چهار علت اصلی نابینایی در دنیاست.

دیابت می تواند باعث بروز آب مروارید، آب سیاه و خون ریزی های عروقی در چشم شما شود. پس برای پیشگیری از این عوارض و مقابله با آن ها باید به فکر بود و اقدام کرد.

میزان شیوع عوارض دیابت با مدت زمان ابتلا به این بیماری، سن بیمار، میزان کنترل قند خون و ژنتیک افراد رابطه مستقیم دارد.

معمولا قند بالا باعث مختل شدن عملکرد سلول های بدن می شود و در مراحل انتهایی، در چشم ایجاد خون ریزی می کند و کار به لیزر عروق خون ریزی کننده می رسد. در این مرحله، دیابت مشکلات چشمی و کلیوی زیادی ایجاد می کند.

بهترین کار این است که بیمار، قند خونش را در یک حد مطلوب نگه دارد. اکثر مردم فکر می کنند که اگر قند خون ناشتای آنها نزدیک به ۱۰۰ شود، دیگر مشکلی ندارند، ولی این طور نیست.

طبق جدیدترین مطالعات، قند خون باید کمترین نوسان (تغییر) را داشته باشد؛ یعنی شخص باید قند غیرناشتای خودش را نیم ساعت، دو ساعت و چهار ساعت پس از غذا بررسی کند تا یک رفتار غذایی و دارویی مشخص به دست آورد و قند خونش هیچ وقت

بالای ۲۰۰ نرود.

## چگونه دیابت روی چشم اثر می گذارد؟

بیماری دیابت روی چشم و بینایی به طرق مختلف تاثیر می گذارد از جمله ایجاد اختلال در بینایی، کاتاراکت (آب مروارید) در سنین پایین، آب سیاه (گلوکوم)، تاثیر روی عصب بینایی، فلج موقت عضلات خارج چشمی و دوبینی. ولی مهم ترین و شایع ترین این عوارض، تاثیر روی پرده چشم (شبکیه) است.

## دیابت چگونه روی پرده چشم (شبکیه) تاثیر می گذارد؟

بیماری دیابت بر روی عروق پرده چشم تاثیر گذاشته و باعث خونریزی در پرده چشم و نشت مواد داخل رگ به روی شبکیه (ایجاد ورم پرده چشم) و در نهایت سبب به وجود آمدن عروق جدید روی پرده چشم می شود. این عروق جدید نیز می توانند سبب خونریزی در داخل حفره چشم شوند.

## چه عواملی سبب تشدید ضایعات دیابت در چشم می شوند؟

هر چقدر که مدت زمان ابتلا به دیابت بیشتر باشد، بروز ضایعات در چشم بیشتر است، طوری که ۸۰ درصد افرادی که ۱۵ سال یا بیشتر از ابتلا به دیابت آنها می گذرد، درجاتی از درگیری شبکیه را دارند. سایر عوامل خطر برای بروز این ضایعات در چشم شامل فشار خون بالا، کم خونی (آنمی)، بیماری های کلیوی، حاملگی و افزایش چربی های خون است.

## چگونه می توان به بروز ضایعات چشمی در اثر دیابت پی

برد؟

نکته مهم این است که در مراحل ابتدایی درگیری چشم در دیابت، هیچ علامت خاصی وجود ندارد و کاهش دید جزء علائمی است که در مراحل پیشرفته بیماری دیده می شود. به همین علت لازم است که معاینات منظم توسط چشم پزشک صورت بگیرد، زیرا تشخیص به موقع و درمان سریع می تواند از پیشرفت ضایعات جلوگیری کرده و بینایی بیمار را حفظ کند.



## معاینات چشمی در چه فواصلی باید انجام شود؟

در مواردی که دیابت نوع دو در سن بالای ۳۵ سال وجود دارد، در همان بدو تشخیص دیابت، معاینات چشمی لازم است و در صورتی که دیابت نوع اول باشد (سن زیر ۳۵ سال) ۱۰ سال پس از تشخیص دیابت، اولین زمان معاینه خواهد بود و در هر دو مورد، در صورتی که علائمی دال بر گرفتاری شبکیه وجود نداشته باشد، معاینات باید هر سال انجام شود و در صورتی که ضایعاتی در سطح شبکیه توسط چشم پزشک مشاهده شود، بنا به صلاحدید پزشک هر ۴ تا ۶ ماه یک بار این معاینات تکرار خواهد شد.

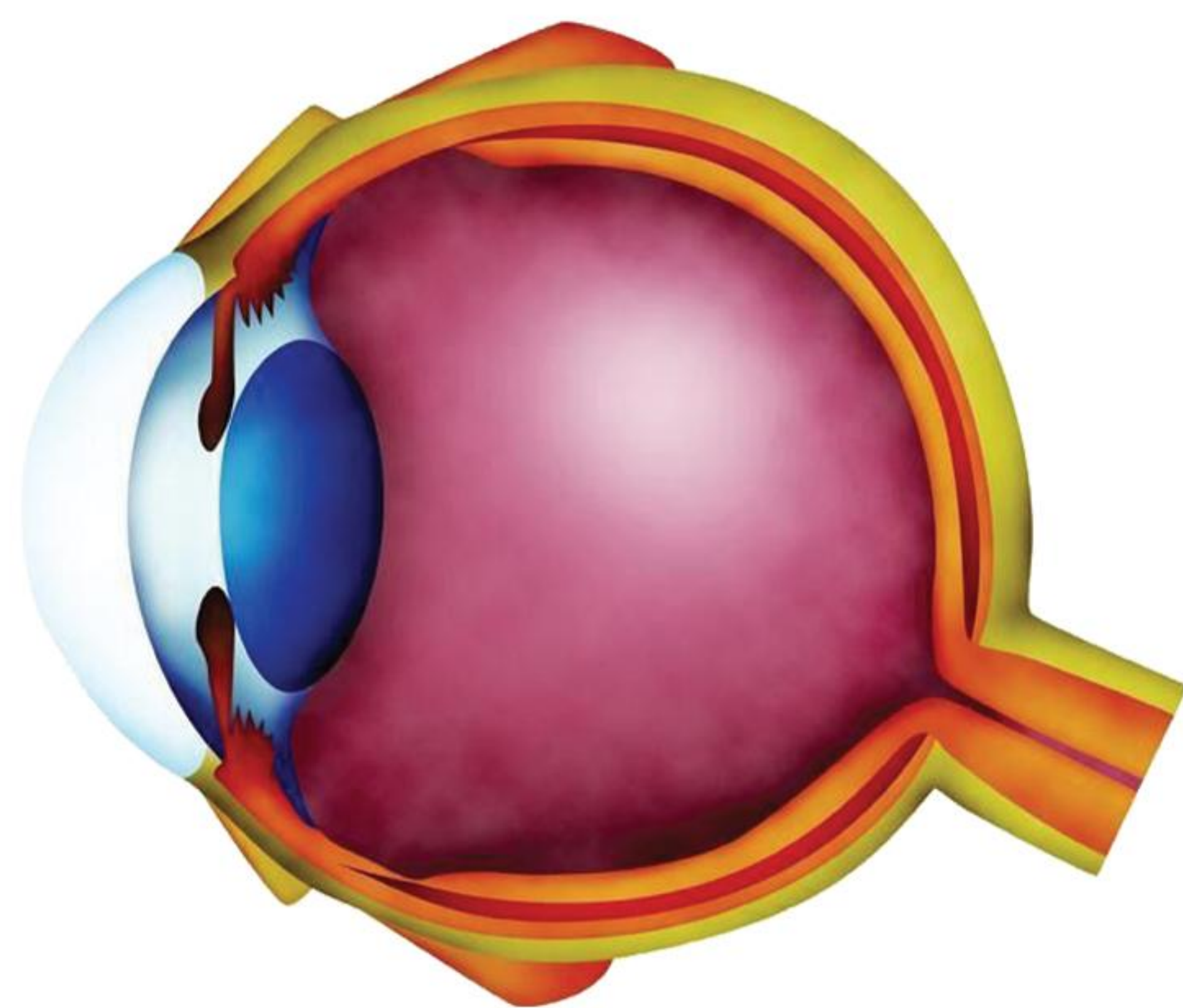




نور شهریار

بیمارستان تخصصی و فوق تخصصی

## عوارض چشمی دیابت



تهیه و تنظیم: واحد آموزش

با هماهنگی دفتر بهبود کیفیت و اعتباربخشی

پاییز ۱۴۰۱

### لیزر درمانی چگونه انجام می شود؟

انجام لیزر درمانی به شکل سرپایی است، یعنی نیازی به بستری شدن یا ناشتا بودن بیمار ندارد. بیمار پس از آن که مردمک چشم توسط قطره های مخصوص باز شد، پشت دستگاهی می نشیند و غالباً یک لنز خاص روی چشم بیمار قرار می گیرد و دوز خاصی از نور لیزر به داخل کره چشم تابیده می شود. در این موارد بیمار معمولاً درد کمی احساس می کند و از حرکت چشم ها حین این درمان باید خودداری کند.

### لیزر درمانی چه عوارضی دارد؟

لیزر درمانی عوارضی مثل کاهش دید محیطی، اختلال در دید رنگ و کاهش دید در شب را دارد. گاهی نیز سبب کاهش دید مرکزی می شود که اغلب موقتی است. از آنجایی که هیچ درمانی بدون عارضه نیست، باید در نظر داشت که خطرات ناشی از لیزر به مراتب کمتر از زمانی است که هیچ درمانی صورت نگیرد.

### درمان جراحی در دیابت چیست؟

در مواردی که عروق تازه ی ایجاد شده سبب خونریزی در داخل کره چشم و یا جداسدگی پرده چشم شوند، نیاز به جراحی است.

در پایان یادآور می شویم که باید با معاینات دوره ای منظم توسط چشم پزشک، از کاهش دید در بیماری دیابت، جلوگیری کرد.

### چه آزمایشاتی در این موارد انجام می شود؟

مهم ترین تستی که در جریان دیابت ممکن است انجام شود آنژیوگرافی است که بر خلاف آنژیوگرافی قلب، روش ساده ای است، این کار به پزشک کمک می کند که متوجه شود چه نواحی ای از شبکیه را می تواند با لیزر درمان کند.

### چه درمان هایی برای عوارض چشمی دیابت وجود دارد؟

یکی از درمان های مهم و اصلی برای دیابت، انجام لیزر برای عوارض دیابت روی شبکیه است. لیزر برای مواردی انجام می شود که یا تورم شدیدی در ناحیه لکه زرد چشم وجود دارد، و یا عروق خونی زیادی بر روی سطح شبکیه تشکیل شده است. نکته مهم در این قسمت این است که لیزر غالباً باعث افزایش دید نمی شود و انجام لیزر درمانی غالباً برای حفظ بینایی است و می تواند سبب جلوگیری از نابینایی در ۸۰ درصد از بیماران شود.

در مواردی که خونریزی شدید در داخل کره چشم وجود داشته باشد و یا عروق جدید سبب ایجاد پارگی و جداسدگی پرده چشم شده باشد، انجام عمل جراحی به بهبود بینایی چشم کمک می کند.