

КАК ДИАБЕТ ВЛИЯЕТ НА ВАШЕ ЗРЕНИЕ?



УВАЖАЕМЫЕ ПАЦИЕНТЫ!

Диабет может вызвать поражения сетчатки глаза. Лечащий врач говорит в этом случае о *диабетической ретинопатии* или *диабетической макулопатии*. Оба заболевания могут привести к ослаблению зрения. Поэтому важная роль отводится профилактике и своевременному лечению.

Кратко: поражения сетчатки

- Диабет может стать причиной поражений сетчатки. Иногда это приводит к ухудшению зрения.
- Эксперты рекомендуют регулярно проверять зрение. При отсутствии поражений достаточно каждые 1-2 года.
- При поражениях сетчатки применяют лазерную терапию или медикаменты. Не всегда показано немедленное лечение.

▶ ФАКТОРЫ РИСКА И СИГНАЛЫ

Ряд негативных воздействий могут спровоцировать поражения сетчатки (факторы риска), а некоторые симптомы указать на них (сигналы).

Повышенный риск для сетчатки наблюдается при:

- очень высоком значении долгосрочного показателя уровня сахара
- длительном заболевании диабетом
- высоком кровяном давлении

Часто в начальной стадии болезни Вы не ощущаете изменения зрения. Стоит обратить внимание:

- если у Вас возникают проблемы при чтении
- если Вы видите искажённо или расплывчато
- если нарушено восприятие цвета
- если внезапно перед глазами возникают "летающие мушки" и т.п.

▶ КОГДА ОБРАЩАТЬСЯ К ОКУЛИСТУ?

Эксперты рекомендуют посетить окулиста

- при диабете 2-го типа: сразу после того, как Вы узнали, что больны диабетом
- при диабете 1-го типа: с 11-летнего возраста или самое позднее через 5 лет после постановки диагноза

Если поражения сетчатки не наблюдаются, проходить контрольные осмотры нужно:

- каждые 2 года, если риск поражений *незначителен*
- один раз в год, если риск поражений *повышен*

Высок или низок риск поражений в Вашем случае, решает лечащий врач или окулист.

При уже имеющихся поражениях сетчатки рекомендуются более частые контрольные осмотры. Заметив тревожные сигналы, немедленно обратитесь к врачу.

▶ ОБСЛЕДОВАНИЯ

Каждое обследование начинается с опроса. Необходимо также передать окулисту информацию от лечащего врача или диабетолога. Для этого существуют специальные бланки. Предоставьте и сведения о медикаментах, которые Вы принимаете, а также о других заболеваниях.

При обследовании глазного дна врач с помощью глазных капель расширяет зрачок, чтобы лучше рассмотреть сетчатку. В отдельных случаях специальной камерой проверяется кровоснабжение глазного дна. Для этого в вену заранее вводится красящее вещество.

Для проверки остроты зрения Вас попросят называть знаки, расположенные на заданном расстоянии. С помощью специального микроскопа врач обследует переднюю часть глаза.

▶ ЛЕЧЕНИЕ

Лечение можно разделить на две части: лечащий врач или диabetолог занимается диабетом и повышенным давлением, в то время как окулист исправляет нарушения зрения.

Вид лечения выбирается в зависимости от стадии заболевания:

- При небольших поражениях терапия не рекомендуется. Возникновение рисков в этом случае вероятнее, чем возможная польза.
- При более сильных изменениях поражённые места обрабатывают лазером. Приблизительно у 3-х пациентов из 100 таким образом предотвращается значительная потеря зрения.
- Если затронуто место наибольшей остроты зрения, так называемая ямка, могут помочь лекарства, вводимые непосредственно в глаз. В этой ситуации они эффективнее лазера: у около 30 из 100 пациентов эта процедура улучшает зрение. Лазерная терапия даёт результаты у 10 из 100 пациентов. Уколы нужно повторять каждые 1-3 месяца.
- Перед такой процедурой необходимо специальное обследование - *оптическая когерентная томография (ОКТ)*. Кассы медицинского страхования его не оплачивают.
- С помощью операции, так называемой *витрэктомии*, в тяжёлых случаях устраняются кровоизлияния и разрастания в глазу.

▶ ЧТО ВЫ МОЖЕТЕ ДЕЛАТЬ САМИ

- Существуют специальные бланки, с помощью которых врачи информируют друг друга о результатах обследований. Напоминайте врачам о них, попросите дать Вам копию.
- Предлагаются особые тренинги для пациентов, страдающих диабетом. Они поддержат Вас в борьбе с болезнью и помогут достичь поставленные цели.
- Не пропускайте запланированные контрольные осмотры у окулиста.
- Регулярно контролируйте уровень сахара в крови.
- Здоровый образ жизни может способствовать предупреждению последствий диабета. Он предполагает отказ от курения, двигательную активность, контроль за питанием и весом.
- Обменивайтесь опытом с другими людьми с подобными проблемами, например, в группе самопомощи.

Другие факты и практические советы Вы найдёте в информационных бюллетенях на тему «Диабет» (см. серый блок).

Вы можете принять участие в структурированной программе медицинского обслуживания больных диабетом (DMP Diabetes). Цель программы - согласовать действия терапевта и специалистов по лечению Вашего заболевания. Вопросы в этой связи Вы можете задать Вашему лечащему врачу.

▶ ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

Данная информация для пациентов основана на **Рекомендациях для пациентов „Диабет – поражения сетчатки: профилактика и лечение“**: www.patienten-information.de/patientenleitlinien

Рекомендации для пациентов были созданы в рамках программы национальных рекомендаций по медицинскому обеспечению. Разработка осуществляется Федеральной врачебной палатой, Федеральным объединением врачей больничных касс и Комиссией научно-медицинских обществ.

Другие краткие информационные бюллетени на тему „Диабет“: www.patinfo.org

Методы и источники Вы найдёте здесь:

www.patienten-information.de/kurzinformationen/quellen-und-methodik/diabetes-auge

Контактные данные организаций взаимопомощи

Где найти организацию взаимопомощи по месту жительства, можно узнать в обществе NAKOS (Национальный контактный и информационный центр для создания и поддержки групп взаимопомощи):

www.nakos.de, Тел. 030 3101 8960

DOI: 10.6101/AZQ/000340

Ответственный за содержание:

Врачебный центр качества медицинского обслуживания (ÄZQ)

Совместный институт ВÄК и KBV

Тел.: 030 4005-2501 • Факс: 030 4005-2555

Эл.почта: mail@patinfo.org

www.patinfo.org

www.aezq.de



С рекомендацией