

糖尿病を知ろう！

糖尿病合併症のお話 ①糖尿病網膜症



糖尿病の合併症はご存知ですか？
 血糖値の上がり下がりが激しかったり、長年の血糖値が高い状態、悪玉コレステロールが高い、高血圧などによって全身の血管に悪影響がおよぶことで起こります。
 なかでも網膜症、神経障害、腎症は3大合併症と言われています。
 今回は網膜症についてのお話です。

2020年度
 日本の
 後天的失明原因
 の第2位！！

網膜は目玉の内側をぐるりと覆っている透明な神経の膜です。光や物の形、色を感知する役割です。網膜には細い毛細血管がたくさんあります。糖尿病の患者さんの血液中は糖が多く固まりやすい状態にあります。血糖値が高いことで網膜の毛細血管を詰まらせたり、血管の壁に負担をかけて、眼底出血を起こしたりします。血液の流れが悪くなり、網膜に酸素や栄養素が不足することが糖尿病網膜症の原因になります。糖尿病の患者さんの約3分の1に起きていると言われています。

網膜症の種類

自覚症状

治療

一般的な受診間隔

網膜症の種類	自覚症状	治療	一般的な受診間隔
① 単純網膜症	まったくない	血糖コントロール 定期的な通院	半年に1回
② 増殖前網膜症	ほとんどない	+	2か月に1回
③ 増殖網膜症	極端な視力低下 黒いものが見える 物がブレて見える など	+	2週間から 1か月に1回

怖いのは症状がないため気づかず進行し失明してしまうことなのです。
 早いうちであれば大きな視力障害なく治療できます。

- ・眼科は混んでいるから行きたくない
- ・忙しくて行けない
- ・どこの眼科がいいのかわからない
- ・眼の不調がないから気にならない

糖尿病から眼を守るためには
 血糖コントロールと
 定期的な眼科受診で早期発見が大事



磐田市内、眼科増えています！
 自分で予約のとれる眼科もあります。
 ぜひ検索してみてください。
 眼の健診に行きましょう！



眼科には糖尿病手帳を持参してください。
 眼の状態を把握したいので受診したら教えてください。

