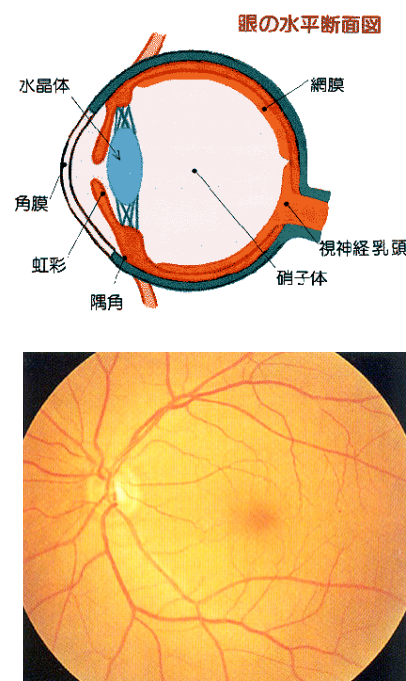


糖尿病の方はなぜ眼科に行く必要があるか

[_____]さま

【糖尿病性網膜症とは】

- 糖尿病は血糖値が高くなる病気ですが、長年血糖が高い状態のまま経過すると、血管が障害を受け**血管が硬化**します。特に細い血管が障害されるのが特徴的で、細い血管が密集している臓器＝**目・腎臓・神経**に障害が起こりやすく、**糖尿病の三大合併症**といわれています。
- 網膜は眼球の後ろの方にあり、光の信号を神経に伝達する部分で、デジカメの「画素」に当たる重要な部分です。栄養する細い血管が網膜上にあるのですが、この網膜の血管が糖尿病によって損傷を受けます。
- 血管の損傷があるレベルを超え、血管が破綻すると、**眼底出血**が生じ、急激な視力低下や失明することもあります。
- 網膜症だけでなく、糖尿病の方は白内障や緑内障も起こりやすいことが知られています。



【ではどうすれば？】

- 糖尿病の程度が悪ければ悪いほど網膜症状は進行します。従って、**糖尿病を厳密にコントロール**できていれば、網膜症はすすみにくい。HbA1c が低い値で維持されていることが必要です。
- 一旦出血した場合、視力が元通りになるのは難しいです。しかし出血しそうな状態というのは網膜を診ればある程度予想できます。この場合に脆弱な血管をレーザー凝固などで事前処理することにより失明の危険を未然に防ぐことができます。

【まとめ】

- 糖尿病によって起こる網膜症は時に失明の原因になります。
- 網膜症状を防ぐのは1:糖尿病をしっかりコントロールすること。2:定期的に眼科を受診し、出血が起こる前に治療を行うことです。
- かかりつけの眼科を持ち、定期的に受診をしてください！

上記内容を説明しました。

平成 _____ 年 _____ 月 _____ 日 _____ 科