

DME

Diabetični makularni edem (DME) je zaplet sladkorne bolezni in glavni **vzrok slepote med odraslimi starimi od 20 do 74 let.**



O diabetični boleznici oči

Kaj je diabetična retinopatija (DR)?

DR je okvara mrežnice, ki se pojavi pri osebah s sladkorno boleznijo. Mrežnica je tanek sloj na zadnjem delu očesa, ki zaznava svetlobo in nam omogoča, da vidimo jasno sliko. **DR nastopi, ko se zaradi sladkorne boleznici okvarijo krvne žile v mrežnici.**

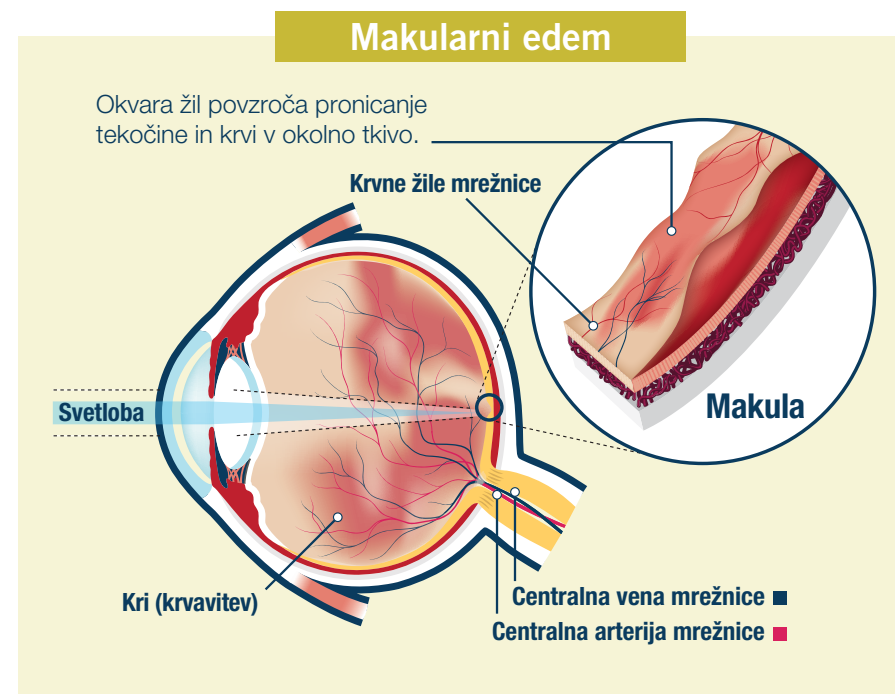
Pri DR visoka raven glukoze v krvi poškoduje ali zamaši krvne žile v mrežnici, zato mrežnica ne dobi dovolj krvi oziroma kisika.

S pravočasnim zdravljenjem lahko upočasimo slabšanje vida. V nekaterih primerih lahko vid z zdravljenjem celo izboljšamo.

Kaj je DME?





Diabetični makularni edem (DME) je stanje, ki se lahko pojavi pri DR in je eden od najpogostejših vzrokov za okvaro vida pri ljudeh s sladkorno boleznijo.

Pri DME iz poškodovanih žil tekočina izteka v makulo, **mrežnica v makuli oteče oziroma se zadebeli.** Posledica otekline v makuli je meglen, nejasen vid. Če DME ne zdravimo, lahko pride do izrazitega poslabšanja vida ali celo trajne okvare vida.



Kakšni so simptomi DME?

DME je lahko asimptomatski. Če je bolezen napredovala do stopnje, ko se pojavijo simptomi, so ti lahko naslednji:

-  Izpadi (temne lise) v vidnem polju,
-  popačen vid,
-  zamegljen vid,
-  barve so videti sprane ali obledele.

Ob simptomih, značilnih za diabetični makularni edem, pojdite na pregled k oftalmologu. Pravočasen pregled izboljša možnosti glede ohranitve vida.

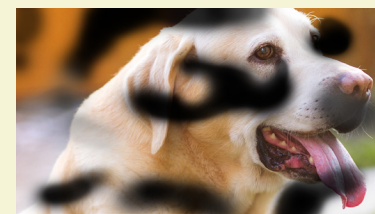
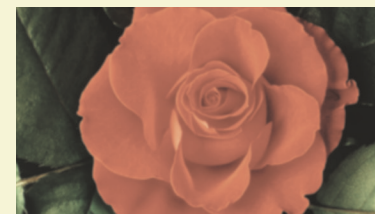
Posvetujte se s svojim družinskim zdravnikom glede napotnice.

Oglejte si, kakšen je vid pri DME

Normalen vid



Vid pri DME



Če imate sladkorno bolezen, pojdite na očesni pregled vsaj enkrat letno, tudi če nimate nobenih težav z očmi.

Kateri so dejavniki tveganja za razvoj DME?

Dlje kot imate sladkorno bolezen, več možnosti imate za razvoj DME. Dejavniki tveganja pri ljudeh s sladkorno boleznijo so:

- ✓ **Hiperglikemija** ali kronično visoka raven krvnega sladkorja: raven krvnega sladkorja ohranjajte čim bližje normalni vrednosti, da zakasnite ali celo preprečite razvoj DR in DME.
- ✓ **Dislipidemija** ali nenormalne ravni holesterola in trigliceridov.
- ✓ **Hipertenzija** ali povišan krvni tlak in škoda, ki jo ta povzroča organom.
- ✓ **Nefropatija** (bolezen ledvic), bolezen srca in ožilja ali srčne bolezni.
- ✓ **Kajenje cigaret** poveča tveganje za DR in DME.
- ✓ **Nosečnost** pri ženskah s sladkorno boleznijo: med nosečnostjo so potrebni dodatni pregledi očesnega ozadja.
- ✓ **Anemija.**
- ✓ **Spalna apneja.**
- ✓ **Uporaba glitazona.**
- ✓ **Genetika.**
- ✓ Pogosto uživanje **alkohola.**
- ✓ **Sedeč življenjski slog.**

Kako lahko zmanjšate tveganje za razvoj DME-ja?

- ✓ **Redno opravljajte kontrole** dejavnikov, ki lahko prispevajo k razvoju DME, kontrolirajte krvni tlak in stanje oči.
- ✓ **Preverjajte ravni** krvnega sladkorja, krvnega tlaka in holesterola in njihove vrednosti ohranjajte v zdravem območju. Vedno upoštevajte navodila zdravnika in jemljite vsa zdravila, ki vam jih predpiše.

Pri vsaki osebi s sladkorno boleznijo tipa 1 ali tipa 2 obstaja tveganje za razvoj diabetične retinopatije (DR) in diabetičnega makularnega edema (DME). Zato je pri vseh osebah s sladkorno boleznijo zelo pomemben pregled očesnega ozadja vsaj enkrat letno.

V zgodnjih fazah razvoja DR in DME se redko pojavijo očesni simptomi, vendar pa lahko izguba vida nastopi zelo hitro.

Pogovorite se z zdravnikom in hodite na redne preglede, če imate katerega od navedenih dejavnikov tveganja.

Kako zdravimo DME?

Na voljo je več načinov zdravljenja, ki upočasnijo slabšanje vida, v nekaterih primerih z zdravljenjem vid celo izboljšamo. Za dodatne informacije o zdravljenju DME vprašajte zdravnika.

Informacije v tej brošuri so zgolj splošne informacije za izobraževalne namene. Njihov namen ni nadomestiti nasveta in oskrbe vašega zdravnika niti niso namenjene postavljanju medicinske diagnoze ali zdravljenju. Če imate kakršnakoli vprašanja v zvezi s svojim zdravljenjem ali stanjem, se vedno posvetujte z zdravstvenim osebjem.

Besedilo je strokovno pregledala in dopolnila doc. dr. Mojca Urbančič.

