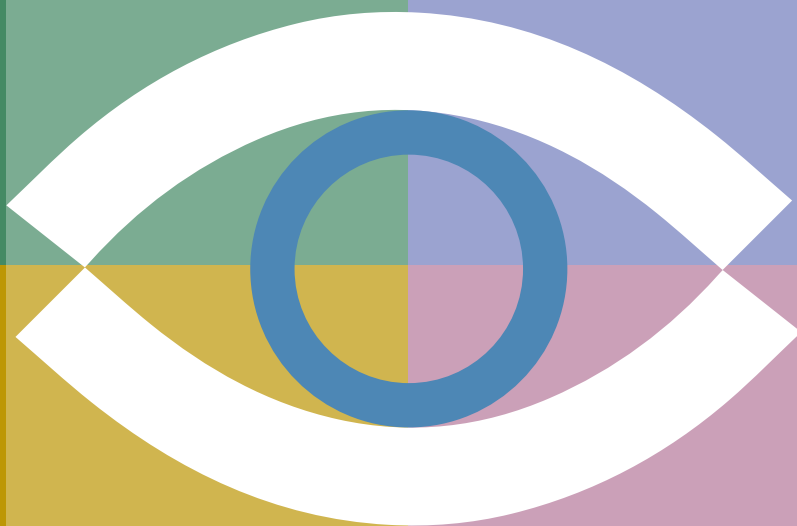


Preventivni očesni pregledi rešujejo vid



Pomen rednih pregledov za diabetično retinopatijo



International
Diabetes
Federation



The Fred Hollows
Foundation




VISION ACADEMY
people | hope | accuracy



Kaj je diabetična retinopatija?

Edini način, da izveste, ali imate diabetično retinopatijo, je očesni pregled.



- 👁️ Pri enem od treh oseb s sladkorno boleznijo se bo tekom življenja razvila retinopatija. 
- 👁️ Povzročajo jo visoka koncentracija sladkorja v krvi, ki poškoduje žile, ki mrežnici (zadajšnjem delu očesa) dovajajo kri.
- 👁️ V začetku diabetična retinopatija ne povzroča težav z vidom ali pa so le-te neopazne in blage. Z napredovanjem bolezni pa diabetična retinopatija lahko povzroči slepoto.

- 👁️ **Neproliferativna diabetična retinopatija** je zgodnja stopnja diabetične retinopatije, ko poškodovanje drobnih žil v mrežnici povzroči iztekanje tekočine in majhne krvavitve v mrežnico.
- 👁️ **Proliferativna diabetična retinopatija** je napredovala stopnja bolezni, za katero so značilne novonastale žilice. Pojavljajo se krvavitve v notranjost očesa, brazgotine in drugi zapleti, ki lahko privedejo do hude okvare vida.
- 👁️ **Diabetična makulopatija** je oblika bolezni, ki prizadene osrednji del mrežnice, makulo, ki je pomembna za centralni vid. Najpogosteje se kaže z oteklino v makuli (diabetični makularni edem – DME), ki lahko povzroči hudo okvaro vida.

Kako lahko diabetična retinopatija vpliva na poslabšanje vašega vida

- 👁️ Diabetična retinopatija lahko povzroči temne lise v vidnem polju, zamegljen vid ali barve, ki so videti izprane oziroma zbledele.
- 👁️ Tem težavam se lahko izognemo, če retinopatijo odkrijemo dovolj zgodaj.

Normalen
vid



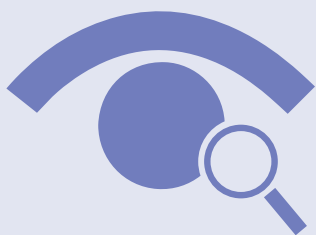
Možne spremembe
vida pri DME



Redni presejalni
očesni pregledi
so ključni del
obravnavе/
vodenja
sladkorne
bolezni.



Kaj vključuje presejalni pregled?



- 👁️ Postopek pregleda je **hiter in praviloma neboleč**.
- 👁️ Postopek se razlikuje od pregleda vida. Oftalmolog bo s posebno opremo pregledal očesno ozadje ali pa bo ustrezno usposobljena oseba s kamero naredila digitalno fotografijo mrežnice.
- 👁️ Pred natančnim pregledom mrežnice se praviloma uporabijo kapljice za razširitev zenice.

Kdaj moram opraviti očesni pregled?

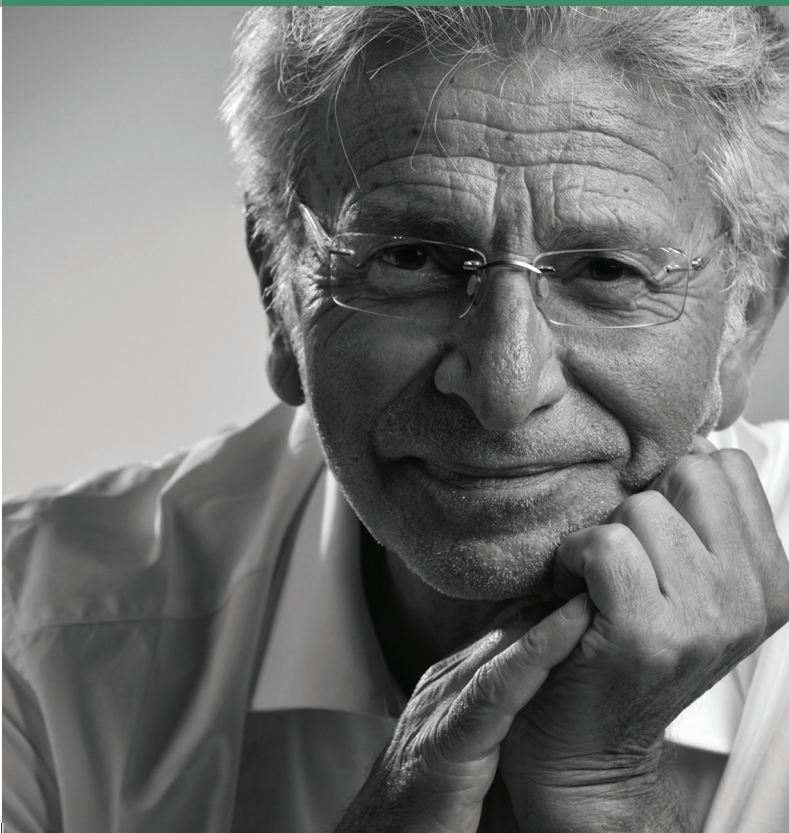
SLADKORNA BOLEZEN TIP 1

2-5 let po postavitvi diagnoze
sladkorne bolezni

SLADKORNA BOLEZEN TIP 2

v 2 mesecih po postavitvi diagnoze
sladkorne bolezni pri odraslih,
ob postavitvi diagnoze sladkorne
bolezni pri adolescentih

**Na preglede moramo hoditi
redno vsako leto ali
pogosteje, če tako svetuje
oftalmolog.**

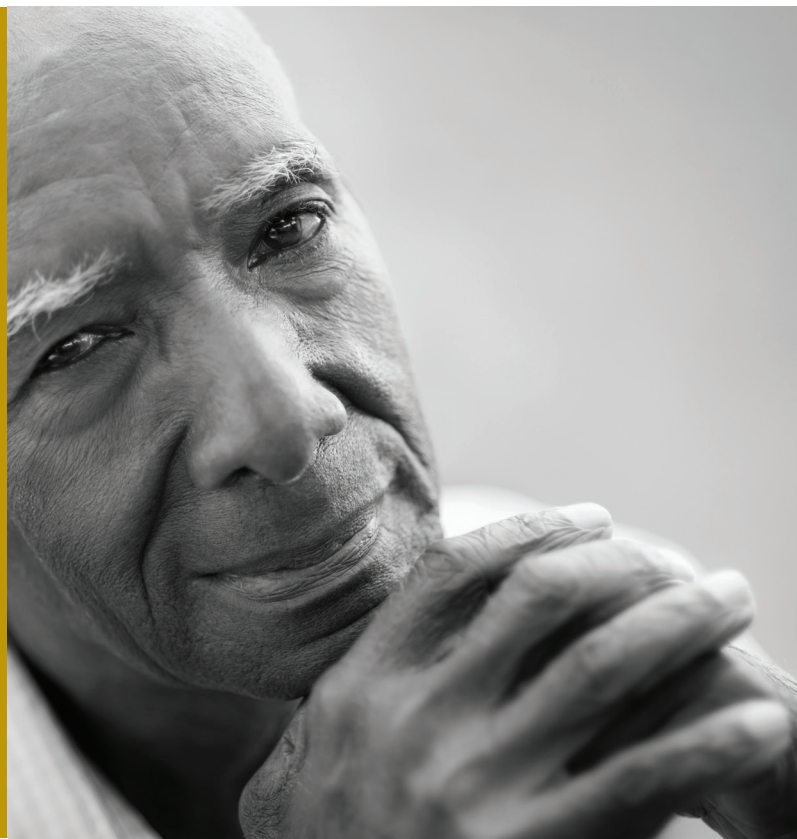


Očesni presejalni pregled

**1x
letno**

je ključen za
odkrivanje diabetične
retinopatije.

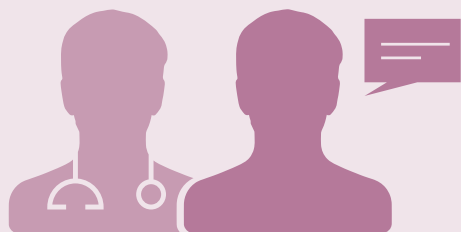
Optimalno nadzorovanje sladkorne bolezni zmanjšuje tveganje za slepoto zaradi retinopatije.



- 👁️ Dobro uravnavanje krvnega sladkorja dokazano zmanjšuje tveganje za nastanek zapletov, kot je diabetična retinopatija.
- 👁️ Tudi krvni tlak in raven holesterola v krvi moramo redno kontrolirati in po potrebi zdraviti.

Nadzorovanje teh vrednosti je pomemben del zdravljenja sladkorne bolezni.





Vprašajte svojega
zdravnika, kako
lahko bolje
nadzorujete
**vrednosti sladkorja
v krvi in krvni tlak.**

- 👁 Če sladkorna bolezen ni dobro nadzorovana, se poučite o zdravi prehrani in živilih, ki vplivajo na vrednost sladkorja v krvi. S tem lahko izboljšate nadzor nad sladkorno boleznijo.
- 👁 Dober način seznanjanja in ohranjanja znanja je vključitev v podporno skupino ali izobraževalni program.



**Uspešno
zdravljenje
sladkorne bolezni
je pomembno za
preprečevanje
diabetične
retinopatije.**

Zdravljenje je na voljo, če diabetično retinopatijo pravočasno odkrijemo.



- 👁 Če oftalmolog odkrije retinopatijo, bo priporočil nadaljnje ukrepe in zdravljenje glede na stopnjo bolezni.
- 👁 Pri zgodnjih stopnjah bolezni to lahko pomeni le osredotočanje na primerne vrednosti sladkorja v krvi, krvnega tlaka in vrednosti holesterola v krvi.
- 👁 Če je bolezen že napredovala, oftalmolog priporoči zdravljenje.

Najpogostejši načini zdravljenja za diabetično retinopatijo / DME


- 👁 **Lasersko zdravljenje** je tradicionalen način zdravljenja diabetične retinopatije, ki ga še vedno uporabljamo. Z laserskim žarkom vplivamo na prepustnost žilic v mrežnici in preprečimo rast novih žilic.
- 👁 Za **zdravljenje DME** vse bolj uporabljamo zdravila anti-VEGF, ki jih injiciramo v oko. Ta zdravila lahko preprečijo izgubo vida in v nekaterih primerih izboljšajo vid, če jih uporabimo dovolj zgodaj po pojavu bolezni.

Vprašanja za vašega **OSEBNEGA ZDRAVNIKA** ali **DIABETOLOGA**

- 👁️ Kolikšno je moje tveganje za nastanek diabetične retinopatije?
- 👁️ Kako izvem, kje lahko opravim očesni pregled?
- 👁️ Kaj naj storim, če opazim spremembe vida?
- 👁️ Kako lahko nadzorujem krvni sladkor, krvni tlak in krvne lipide, da bo tveganje za nastanek diabetične retinopatije čim manjše?

Vprašanja za vašega **OFTALMOLOGA**

- 👁️ Kakšen pregled je predviden zame? Ali bo treba razširiti zenice?
- 👁️ Kdaj in kako mi boste sporočili rezultate pregleda?
- 👁️ Če nimam diabetične retinopatije, kdaj moram ponovno opraviti pregled?
- 👁️ Če imam diabetično retinopatijo, kaj so naslednji koraki?



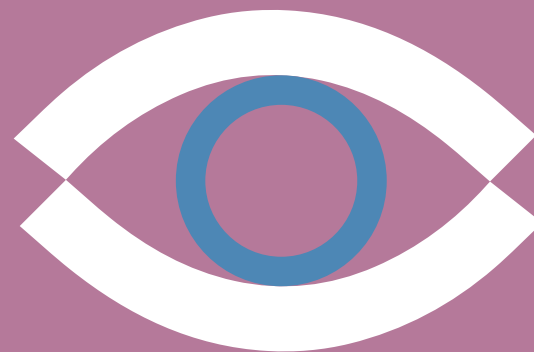
Pogovorite se s svojim zdravnikom o diabetični retinopatiji.



**Informacije
za
vašega zdravnika**

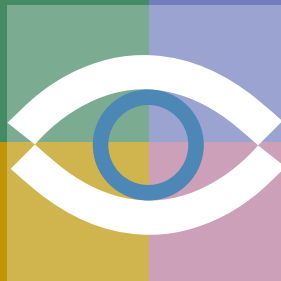


**Pogovorite
se s svojim
zdravnikom
o diabetični
retinopatiji.**



**Očesni pregledi
rešujejo vid**

Obstajajo ukrepi, s katerimi lahko zavarujete svoje oči.



- 👁️ Posvetujte se s svojim osebnim zdravnikom ali diabetologom o svojem tveganju za retinopatijo.
- 👁️ Nadzorujte svoje vrednosti sladkorja v krvi in krvni tlak.
- 👁️ Redno hodite na očesne presejalne preglede.

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.



International
Diabetes
Federation



The Fred Hollows
Foundation



VISION ACADEMY

