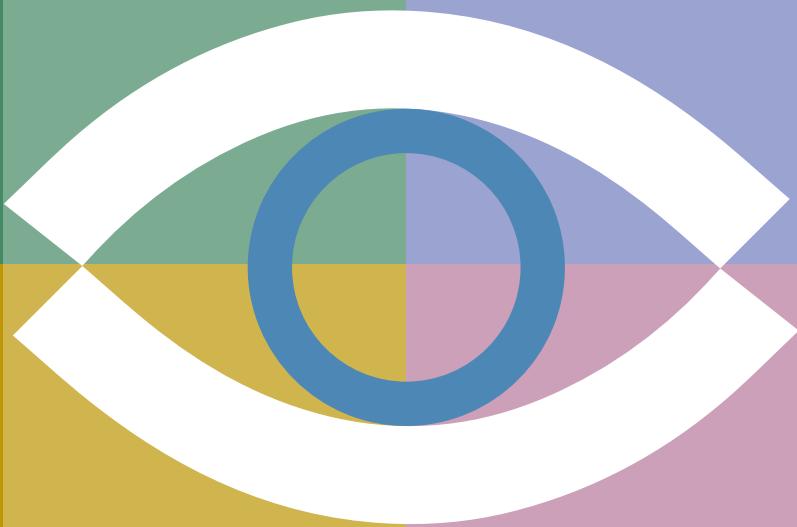


Preventivni očesni pregledi rešujejo vid



Pomen rednih pregledov
za diabetično retinopatijo



International
Diabetes
Federation



The Fred Hollows
Foundation



Kaj je diabetična retinopatija?

⦿ Pri enem od treh oseb s sladkorno bolezni jo se bo tekom življenja razvila retinopatija.



⦿ Povzroča 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.

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



Kako lahko diabetična retinopatija vpliva na poslabšanje vašega vida

⦿ **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.

Normalen vid



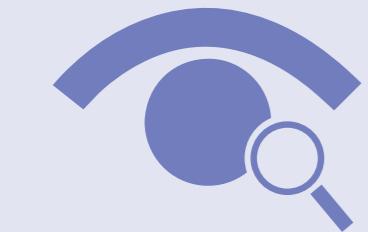
Možne spremembe vida pri DME



⦿ 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.

**Redni presejalni
očesni pregledi
so ključni del
obravnave/
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 ustreznou sposobljena 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?



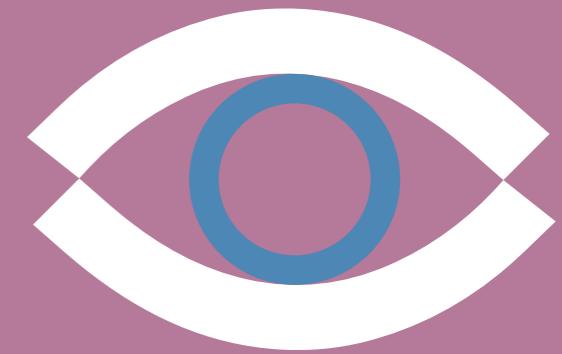
**Pogovorite
se s svojim
zdravnikom
o diabetični
retinopatiji.**

Zapiski



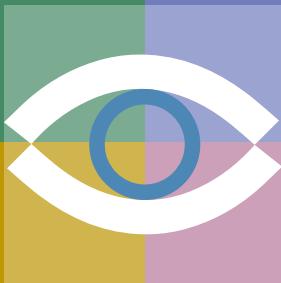
**Pogovorite
se s svojim
zdravnikom
o diabetični
retinopatiji.**

Informacije za vašega zdravnika



Očesni pregledi rešujejo vid

Obstajajo ukrepi, s katerimi lahko zavarujete svoje oči.



Za več informacij o diabetični retinopatiji
obiščite

www.idf.org/eyehealth

<http://www.nijz.si/sl/poslabsanje-vida-in-slepoto-pri-bolnikih-s-sladkorno-boleznijo-lahko-preprecimo>

<http://www.obvladajmosladkorno.si/>

👁️ 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.



International
Diabetes
Federation

The Fred Hollows
Foundation

VISION ACADEMY
Facilitating visual health education

