


Фонд исследований
и лечения заболеваний
сетчатки глаза



РетинаФонд



Скрининг диабетической ретинопатии

Брошюра для пациентов
с сахарным диабетом



У вас диагностирован диабет. Это значит, что у вас появились серьезные обязанности перед самим собой и своим здоровьем. И ими нельзя пренебрегать. Вы справитесь, если будете сосредоточены, ответственны и пунктуальны. И будете доверять врачу.

В частности, отныне вы должны регулярно проходить осмотр у офтальмолога. Чаше, чем «обычные люди». Надо это принять. Это необходимо, чтобы предотвратить развитие серьезных нарушений зрения.

К сожалению, не все пациенты следуют этому непреложному правилу. Это печально. Давайте разберемся в проблеме. Какая связь между диабетом и зрением? Что делать?



Что может произойти со временем с глазами диабетика?



Что такое «диабетическая ретинопатия»?

Сахарный диабет – группа хронических эндокринных заболеваний, причина которых – патологическое нарушение усвоения организмом глюкозы. В результате инсулиновой недостаточности (абсолютной или относительной, это определяет и тип диабета, и методы стабилизации состояния организма) глюкоза накапливается в крови. Если не держать ситуацию под контролем, последствия могут быть очень печальными. К счастью, столетняя история создания и применения инсулина научила большинство людей, кого постигла эта болезнь, сознательности. Но некоторые детали, как говорится, «выпадают из поля зрения». Одна из этих деталей – зрение диабетика.

При сахарном диабете повреждаются мелкие кровеносные сосуды внутренней оболочки глаза - сетчатки, сосуды могут закупориться или начать кровоточить. Возможен рост аномальных кровеносных сосудов, они легко кровоточат из-за слабости стенок. На ранних стадиях ретинопатии («ретиная» – «сетчатка» по латыни) эти изменения не влияют на зрение, и в этом заключается риск упустить возможность начать лечение как можно раньше: ретинопатия будет прогрессировать и ваше зрение может серьезно пострадать.



Что делать, чтобы не упустить время?

Скрининг поможет обнаружить патологию до того, как вы начнете ее ощущать, и в этом случае лечение будет наиболее эффективно. Вот почему важно регулярно обследоваться всем, у кого диагностирован диабет, независимо от типа заболевания и способа контроля состояния (препараты или инъекции инсулина).

Важно!

Скрининговые исследования по поводу диабетической ретинопатии всегда должны проводиться в рамках организованной кампании, гарантирующей соблюдение стандартов исследования и контроль результатов.

Скрининг (англ. SCREENING – просеивание) – предположительная идентификация нераспознанного заболевания или дефекта путем проведения тестов, обследований или других легко используемых процедур. Скрининговые тесты позволяют выделить из среды ощущающих себя здоровыми людей тех, кто, возможно, имеет заболевание. Скрининговый тест не предназначен для диагностики. Лица с положительными или подозрительными результатами должны направляться к своим врачам для установления точного диагноза и назначения необходимого лечения. Инициатором проведения скрининга обычно выступает медицинское или исследовательское учреждение.



Есть ли для кого-то из диабетиков исключения из правила?

Исключение составляют пациенты, которые уже наблюдаются у офтальмолога по поводу ретинопатии или диабетического макулярного отека.

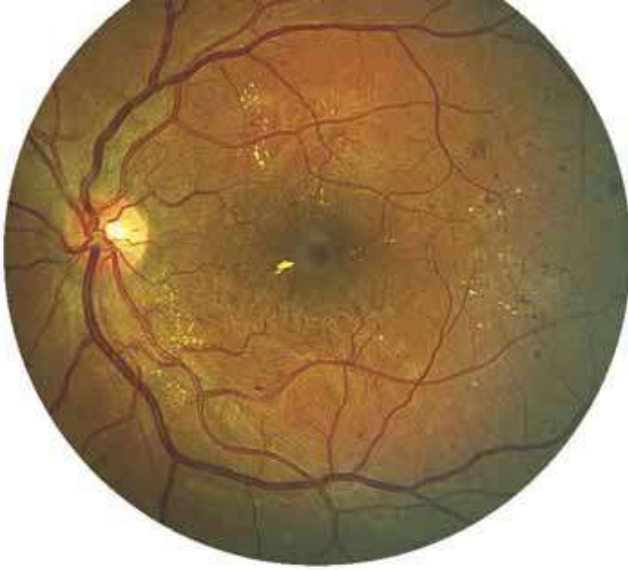


Как проходит и из каких этапов состоит скрининговое обследование?

К чему надо быть готовым? Могут ли возникнуть «побочные явления»?



Скрининг заключается в фотографировании глазного дна (сетчатки и зрительного нерва) специальной камерой. Это абсолютно безболезненная процедура, занимающая около 15-20 минут. Вам выполнят 2 или более снимков каждого глаза.





РетинаФонд



Предварительно вам проверят зрение, осмотрят передний отрезок глаз и закапают расширяющие зрачок капли. Капли могут вызвать жжение, это пройдет через несколько секунд. Примерно через 15 минут зрение станет нечетким, предметы «размытыми». Это состояние может длиться несколько часов, так что не приезжайте на обследования за рулем автомобиля. Вы не должны водить машину или работать с тяжелой техникой, пока четкость вашего зрения не придет в норму, и вашим глазам не станет комфортно. Чтобы защитить ваши глаза от большого количества света, можете захватить с собой солнцезащитные очки.

*Очень редко капли могут вызвать резкое повышение внутриглазного давления.
Об этом свидетельствует:*

- боль или сильный дискомфорт в глазах или вокруг них
- покраснение глаз
- ухудшение зрения через несколько часов после расширения зрачков, иногда с радужными ореолами вокруг источников света
- тошнота или рвота.

При возникновении любого из этих симптомов, незамедлительно обратитесь к врачу.



Если на скрининге не обнаружены проблемы с сетчаткой, можно не идти к врачу?

Нет, не так. Программа скрининга глаз при диабете предназначена для выявления диабетической ретинопатии и макулопатии (изменений в центре сетчатки), а не других заболеваний глаз. Вам следует каждый год посещать своего окулиста, чтобы пройти обычную проверку здоровья глаз. Это позволяет на ранней стадии выявить другие заболевания глаз, такие как глаукома или катаракта.



Как сообщать о результате обследования?

Снимки вашей сетчатки будут направлены в центр обработки, где специалисты тщательно их изучат. Результаты вы получите на свою электронную почту и при помощи sms.



Что произойдет, если обнаружатся изменения сетчатки?

Если скрининговое обследование выявило изменения, связанные с диабетической ретинопатией, мы направим вас в офтальмологическую клинику для дальнейшего обследования и лечения. Если нет, вы можете вернуться к обычным визитам к офтальмологу для ежегодного осмотра.



Какое лечение диабетической ретинопатии существует сейчас?

Лазерное лечение сетчатки эффективно предотвращает потерю зрения, если вовремя назначено. Кроме того, при обнаружении отека сетчатки в центральной области используются лекарственные препараты, которые вводят непосредственно перед сетчаткой в полость стекловидного тела. При развитых стадиях диабетической ретинопатии может понадобиться хирургическое лечение. Во время осмотра офтальмолог подробно расскажет о дальнейшей тактике лечения.

Риск развития диабетической ретинопатии увеличивается в следующих случаях:

- *Гипергликемия, отсутствие контроля за уровнем глюкозы в крови*
- *Высокое артериальное давление*
- *Высокий уровень холестерина*
- *Курение.*



Как диабетик ухаживать за своим зрением?

Вам следует:

- постоянно наблюдаться у терапевта, эндокринолога и офтальмолога
- поддерживать уровень глюкозы в крови (HbA1c) на уровне, согласованном с терапевтом и эндокринологом
- нормализовать и поддерживать в норме артериальное давление и уровень холестерина в крови
- придерживаться здоровой сбалансированной диеты
- сбросить лишний вес
- принимать лекарства в соответствии с предписаниями
- быть физически активным
- бросить курить (обратитесь за профессиональной помощью, если это сложно)



Скрининг – это на всю жизнь?

Если у человека диагностирован диабет (за исключением гестационного диабета, то есть диабета, возникающего на фоне беременности), его следует обследовать на наличие диабетической ретинопатии ежегодно в течение всей жизни. Пациенты, у которых толерантность к глюкозе вернулась к норме, также продолжают проходить ежегодное скрининговое обследование.

Итак, самое главное!

- *Скрининг важен, потому что ранние стадии ретинопатии обычно никак не беспокоят.*
- *Каждый человек с диабетом должен регулярно проходить обследование обоих глаз на предмет диабетической ретинопатии.*
- *Тест безболезненный.*
- *Тест занимает всего 30-40 минут.*
- *Если заболевание обнаружено на ранних стадиях, потеря зрения может быть предотвращена!*



Скрининг-тест на диабетическую ретинопатию в рамках программы РетинаФонда проводится бесплатно.



Издатель:

Татьяна Аванесова,
основатель и руководитель Фонда
исследований и лечения заболеваний
сетчатки глаза

Текст:

Анисимова Виктория Владимировна,
врач-офтальмолог ФГБУ «ЦКБ с
поликлиникой» УДП РФ, Москва

Аванесова Татьяна Андреевна,
врач-офтальмолог ФГБУ «ЦКБ с
поликлиникой» УДП РФ, Москва

Редактор: **Нина Чугунова**

Фото: **Евгений Стецко**

Дизайнер: **Михаил Волков**

Издательство: **PrintLeto**

Тираж **2000** экз



РетинаФонд

www.retinafond.com
www.screening-drp.com

Проект «Скрининг диабетической ретинопатии» реализуется
в рамках благотворительной программы заботы о зрении
компании L'Occitane и при ее поддержке.

L'OCCITANE
EN PROVENCE

