



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی استان گیلان

مرکز آموزشی درمانی امیرالمومنین (ع)

آنچه که باید در ارتباط با بیماری

رتینوپاتی (اختلال شبکیه

چشم) بدانید؟



واحد آموزش به بیمار

بهار ۱۴۰۴ - کد سند: NE- PL- 11

با بلند کردن وزنه های سنگین ممکن است سبب خونریزی داخل چشم شما شود بنابراین انجام این گونه حرکات ممنوع است.

*** کاهش دید به میزان زیادی قابل پیشگیری است.**

*** تشخیص اولیه رتینوپاتی دیابتی بهترین روش**

برای جلوگیری از کاهش دید است.

*** بیماران مبتلا به دیابت بایستی حداقل سالی یک**

بار توسط چشم پزشک معاینه شوند. وقتی که

رتینوپاتی دیابتی ایجاد شد معاینات بیشتر چشم

پزشکی با فواصل کمتر ضروری است.

*** با کنترل دقیق چشم، می توانید درمان را قبل از**

صدمه دید، شروع کنید.

واحد آموزش پرستاری

مرکز آموزشی درمانی امیرالمؤمنین (ع) رشت

تلفن ۸-۳۳۳۳۸۳۰۶

منابع:

اسملتزر سوزان، بیر براندا جی، هینکل جانیس ال، چپویر کری
اچ . پرستاری داخلی- جراحی بروئر و سودارث، ترجمه منصوره
علی اصغرپور، انتشارات اندیشه رفیع، چاپ اول، ۱۳۹۷

ووگان- ازبری. کلیات چشم پزشکی. مترجمین مینا فتحی
کازرونی، الهام فخارزاده، صدیقه حسنی، انتشارات ارجمند، چاپ
اول، ۱۳۹۷

در بسیاری موارد احتیاجی به درمان نیست اما بیمار باید به طور مرتب تحت معاینات چشمی قرار گیرد. در دیگر موارد، درمان برای متوقف کردن صدمات ناشی از رتینوپاتی دیابتی و در صورت امکان بهبود دید انجام می شود.

درمانها عبارتند از:

* جراحی لیزر

* کرایوتراپی (سرد کردن)

* ویتراکتومی (برداشتن زجاجیه چشم)

* ترمیم شبکیه

آیا نقش خود را در درمان رتینوپاتی دیابتی

می دانید؟

مراقبت موفقیت آمیز رتینوپاتی دیابتی فقط به درمان

اولیه توسط چشم پزشک شما بستگی ندارد. طرز

برخورد و توجه شما به درمان دارویی و رعایت رژیم

دیابتی ضروری است. شما بایستی میزان مناسب قند

خون خود را حفظ کنید. از سیگار کشیدن خودداری

کنید و به فشار خون خود نیز توجه داشته باشید.

فعالیت های فیزیکی معمولاً برای بیماران مبتلا به

رتینوپاتی دیابتی مسئله ای نیست (پیاده روی و شنا

جزء ورزش های پیشنهادی به شما می باشد).

گاهی در بیماران مبتلا به نوع فعال پیشرفته، محدود

کردن فعالیت های فیزیکی توصیه می شود (ورزش هایی

که با زور زدن شدید همراه هستند، مثل وزنه برداری و

آیا می دانید دیابت (بیماری قند) چه اثری بر روی بینایی دارد؟

اگر مبتلا به دیابت هستید، بدن شما از قند موجود نمی تواند به درستی استفاده کند، در نتیجه غلظت قند خون افزایش می یابد. قند خون بالا می تواند سبب پیدایش تغییراتی در رگ های کوچک بدن شود.

دیابت روی بینایی نیز اثر می گذارد و به آب مروارید (کاتاراکت)، آب سیاه (گلوکوم) و از همه مهم تر از بین رفتن رگ های خونی داخل کره چشم می انجامد.

آیا می دانید رتینوپاتی دیابتی چیست و چه علائمی دارد؟

رتینوپاتی یکی از عوارض بیماری دیابت است که سبب تغییرات در رگ های چشم می شود ابتدا به این مشکل در بیماران دیابتی سبب نابینایی می گردد.

معمولاً در مراحل اولیه این بیماری علامتی وجود ندارد. اگر چه ممکن است در صورت ایجاد تورم مرکز دید، تاری دید به صورت تدریجی ایجاد شود.

در بیماران دیابتی مبتلا به اختلال شبکه ممکن است خونریزی در داخل چشم اتفاق افتد. خونریزی می تواند ابتدا بدون علامت باشد یعنی اختلال در بینایی ایجاد نکند اما در مراحل بعدی زمانی که رگ های جدید ایجاد می شوند،

خونریزی می تواند بزرگتر و شدیدتر شده و علائم قابل توجهی را به وجود آورد.

مثل بقیه موارد اختلال شبکه تجربه هر شخصی از خونریزی متفاوت است. بعضی بیماران، آن را شبیه مگس پران و بعضی با اشکالی شبیه به عنکبوت توصیف می کنند. بعضی می گویند مثل این است که از خلال یک پرده تاریک یا لکه های متراکم یا سیاهی های لکه ای که توسط یک هاله نازکتر احاطه شده نگاه می کنند. خونریزی دردناک نیست ولی از دست دادن دید به خصوص اگر ناگهانی باشد ترسناک و پریشان کننده است.

گاهی شاید سردرد یا دردی در پشت چشم، هشدار بروز قریب الوقوع یک خونریزی باشد. گاهی اوقات از کناره های میدان دید (یعنی آن مقدار از محیط که در یک نگاه دیده می شود) کم می شود و این حتی در صورتی که مرکز میدان دید کاملاً به خوبی دیده شود، مانع رانندگی و باعث برخورد به اشخاص و اشیاء هنگام راه رفتن می شود.



آیا می دانید رتینوپاتی دیابتی چگونه تشخیص داده می شود؟

بهترین راه برای تشخیص رتینوپاتی دیابتی معاینه چشمی در فواصل منظم می باشد که توسط متخصص شبکه چشم انجام می شود.

رتینوپاتی بسیار شدید ممکن است کاملاً بدون علامت باشد. برای تشخیص چشم پزشک با استفاده از دستگاهی بنام افتالموسکوپ به داخل چشم شما نگاه می کند. چشم پزشک ممکن است قبل از معاینه با استفاده از قطره چشمی مردمک را باز کند.

در صورت تشخیص، ممکن است نیاز به عکس رنگی ته چشم یا آزمایش خاصی به نام آنژیوگرافی با فلوئورسئین باشد.

در آنژیوگرافی با فلوئورسئین یک ماده رنگی به داخل رگ شما تزریق می شود و عکسهای مخصوصی از چشم شما گرفته می شود



آیا روش های درمانی رتینوپاتی دیابتی را

می دانید؟

برای درمان چشم پزشک مسائل زیر را در نظر می گیرد:

-سن شما

-تاریخچه پزشکی شما

-چگونگی نحوه زندگی شما

-چه مقدار شبکه صدمه دیده است ؟