



11月14日世界糖尿病日特别关注:

糖尿病易“伤眼”，如何预防眼底疾病？

■本报记者 刘 臻

日前，一项调查显示，在215289个样本人群中，眼底异常检出率达74.2%。其中，男性标化异常检出率为75.7%，略高于女性的72.7%；公务员、金融、能源等职业成为眼底异常检出率排名前三的行业。国人的眼底健康状况不太乐观。

每年11月14日被定为世界糖尿病日，在糖尿病引发的众多并发症中，糖尿病眼病的危害尤其严重，而这也往往最容易被糖尿病患者所忽视。糖尿病患者要如何防治糖尿病眼病？眼底异常会给眼睛带来哪些危害？检出率为何这么高？又该如何保护我们的眼底健康呢？记者采访了衡阳爱尔眼科眼底专家罗新店。



罗新店

1 血糖控制不佳，可能会致盲

据介绍，眼底是指眼球组织的后段，包括视网膜、脉络膜和视神经乳头、玻璃体、视网膜血管等。眼底发生病变或异常会引起视力下降、眼前暗影或视野缺损等，导致眼底病。

眼底病种类繁多，病因复杂，发病年龄宽泛，包括视网膜脱离、玻璃体病变、视网膜病变、视网膜血管疾病、视盘病变、脉络膜病变、先天性眼底部疾病、年龄相关黄斑变性、血液病眼底出血以及眼底肿瘤等。

“高度近视、老年人、糖尿病人群是眼底疾病的高发群体。其中，糖尿病性视网膜病变俗称糖尿病网病，就是目前我们眼底科的主要就医群体。”罗新店介绍道。

今年9月底，来自常宁的患者陈某因双眼接近失明来院就医。陈某虽然刚过40岁，却已经是一名糖尿病病史5年的老糖友了，这期间血糖一直控制不好。一个月前，陈某双眼视力下降得越发明显，却一直没有引起重视，以为只要将血糖控制好，视力自然就会得到恢复。而实际情况却越发恶劣，双眼渐渐看不见东西接近于失明，他这才着急了起来，匆忙来院就医。

经过检查发现，陈某双眼眼底的血管已经因病变遭到严重破坏，视网膜缺氧、缺血，玻璃体出血十分严重。视力只能看到眼前挥动的手指。

随后，罗新店为陈某制定了缜密的手术计划。术前，医务人员往患者的眼球注射药物，以减少出血，为手术做准备，待血吸收；情况稳定后，罗新店为其进行了目前治疗眼底疾病最先进的25G玻切手术。再反复止血、清理、将脱离视网膜复位、填充硅油等步骤一气呵成。术后，陈某的双眼视力恢复到0.1，已经能够在5米外看清标准视力表的第一个字母。罗新店表示，经过一段时间的术后恢复，患者的术后视力还有提升的空间。

罗新店提醒，眼底病高发人群中，糖尿病患者尤其需要注意定期进行眼底筛查，早期筛查可以避免90%由糖尿病引起的失明。不能以视力好坏作为判断眼部健康的标准，因为糖尿病视网膜病变Ⅰ期和Ⅱ期是没有征兆的，患者往往无法察觉直接已经出现病症，患有慢性病的老年人，不要把“看不清”的问题归咎于年纪大了，对于视力出现持续、缓慢下降的情况一定要重视，及时到医院进行专业的检查，拖到严重影响视力的程度才去医院就诊，往往已经错过眼底病的最佳治疗时机，医生也束手无策。

他建议，一般人群可一年进行一次眼底检查，糖尿病患者则需要3-6个月检查一次眼底情况，并且控制好血糖。

2 高度近视可导致致盲性眼底病变

随着我国近视人群的壮大，据世界卫生组织估计，到2020年我国高度近视人群将达到7000万。罗新店指出，高度近视，即近视度数大于600度，伴有眼轴延长、眼底视网膜和脉络膜萎缩性等退行性病变，不仅会导致视力模糊，而且高度近视眼底病变的概率也比普通人高，容易引起视网膜脱落、视网膜变薄，以

及脉络膜新生血管、后巩膜葡萄膜肿、青光眼，甚至黄斑病变等一系列可能致盲的眼底疾病。

罗新店建议，高度近视要清楚了解自己可能有眼底病变的危险，每半年到一年到专业眼科医院做眼底检查，监控视力变化。一旦眼前出现黑影或闪光，都有可能是视网膜在“报警”。此时就要进行全面的眼底检查，尽早治疗。

3 良好用眼习惯及定期检查很重要

对于现代人而言，工作需要长时间面对电脑，阅读书写也需要用眼，加上生活、娱乐高频使用手机，这些都会影响眼底健康。相对于孩子，成人自我管控能力更强一些，一定要合理安排自己的工作、生活，改掉不良用眼习惯，同时也要多进行户外活动。患有糖尿病、高血压的人群，要注意控制好血压、血糖，定期进行眼底筛查。

罗新店表示，虽然眼底疾病症状不明显，往往是一个缓慢的过程，但是一旦出现眼胀痛、视物变形、视物闪光感、视野缺损、出现小黑影等症状，建议尽快到医院进行眼底检查。

过去传统的眼底检查方式是让患者和医生最头痛的事情，因为检查部位位于眼睛深处，必须要散瞳才能看清全眼底状况，近半个小时的散瞳等待时间，对于患者和医生来说都是极其漫长的，

药物导致的畏光、视近困难的情况要持续4-8个小时，更是给患者的工作、学习和生活带来了很大的不便，尤其像青光眼、脑血管等严重的患者，是无法进行散瞳的，这又给眼底检查又增大了难度。

如今衡阳爱尔眼科医院引进的欧堡免散瞳超广角激光扫描检眼镜，不再需要散瞳即可进行超广角200度眼底照相，0.4秒即可完成一张图像的捕捉，获取图像的分辨率是14um，像素3900×3072，景深大约18um，可以拍摄到普通眼底照相机不能成像的眼底图像，让眼底检查变得更准确、快捷、舒适。

日前，衡阳爱尔眼科医院举行眼底检查3.0活动，在爱尔眼科天猫旗舰店购买68元单人检查券、128元家庭检查券（三人套餐），即可享受欧堡超广角眼底检查，呵护您和全家的眼底健康。



欧堡免散瞳超广角激光扫描检眼镜

专家简介

罗新店，眼耳鼻咽喉科专业，副主任医师，现任爱尔眼科衡阳医院眼底病学科主任，擅长领域：玻璃体、视网膜等眼底疑难杂症的诊断与治疗。从事眼科工作近30年，历任市级眼科专业委员会委员及市级医院眼科主任。国家级司法医学鉴定人。师从著名的美国霍普金斯大学威尔玛眼科研究所访问学者刘汉生教授，专攻玻璃体、视网膜等眼底疑难杂症的诊治，有万余台眼科手术经验。曾获市科技进步奖。