



# “老糖友”小心！控糖时别忘了关注眼底健康

我市首个糖尿病眼病专科门诊成立，衡阳爱尔眼科医院眼底病科主任罗新店提醒，眼底病变是糖尿病常见的并发症，严格控制血糖时，还要定期做好眼底检查

■朱嘉林

糖尿病，是一种因胰岛素分泌不足或胰岛素利用障碍引起的碳水化合物、蛋白质、脂肪代谢紊乱性疾病，长期血糖高可能引起肾、神经、心脏、血管等组织的慢性进行性病变，然而，糖尿病还有一种并发症，不易被人体察觉，出现症状时常比较严重，这种并发症就是高糖引起的眼底病变。

近几年来，伴随人们生活条件的日益提高，我国糖尿病的发病率也呈现攀升的态势，同时，相关的眼部并发症也与日俱增，严重者会视力减退，最终导致失明。因此，糖尿病患者千万别忽视病情对眼睛的危害。

11月14日是第14个联合国糖尿病日，我市首个糖尿病眼病专科门诊在衡阳爱尔眼科医院揭牌成立，并现场启动眼底检查公益项目，为糖尿病患者进行眼底检查筛查，预防糖尿病视网膜病变导致失明。本报特别邀请衡阳爱尔眼科医院眼底病科主任罗新店，为大家解答糖尿病眼底病变的相关问题。



## 最重要的是控糖 定期做好眼底检查

“有些患者视力变差两三年，视网膜脱落，血管像藤一样布满眼内，还以为只是没休息好造成的，殊不知这其实是糖尿病在作怪。”罗新店指出，不少晚期患者都是由于不重视引起的。

“得了糖尿病并不可怕，只要能够很好的控制全身情况，是能够预防眼底病变并发症的。”罗新店提醒糖尿病患者，要及时到正规的眼科医院进行眼底检查，医生会根据病情的分期，通过药物、手术的规范干预，能使糖尿病眼病患者维持一个较好的视力，提高生命质量，改善生活质量。他强调，早期发现，规范治疗，就能获得好的治疗效果。

“最关键的还是要控制好血糖，这是问题的根源。”罗新店提醒，糖尿病患者一定要严格控制饮食，密切关注自身的血糖、血压、血脂问题，定期做好眼底检查，并在专业医生的指导下分期治疗。

罗新店强调，糖尿病人年龄在10岁~30岁，应在确诊为糖尿病后第5年到专业眼科医院做全面检查，若年龄大于30岁，则应在确诊糖尿病时就开始到专业眼科医院做全面检查以后每年复查1次。一旦发现患有糖尿病性视网膜病变，应及时进行激光光凝治疗，将视网膜坏的组织破坏掉，越早期发现治疗难度越小，视力恢复情况越好，避免疾病恶化后进行手术治疗。

据悉，衡阳爱尔眼科医院作为首批开设糖尿病眼病专科门诊的地级市医院之一，将向衡阳地区的糖尿病眼病患者提供专科化就诊服务，并为就诊患者建立眼健康管理档案，由专人担任“眼健康慢病管理师”，帮助建档者完成预约挂号、快捷问诊、治疗康复的就诊流程，在“看病就医”的基础上提供会员优享服务。

衡阳爱尔眼科医院糖尿病眼病专科门诊将依托全集团600余家连锁网络机构，通过全国疑难眼底病分级诊疗平台，共享顶尖医疗资源。针对不同阶段的糖尿病眼病患者提供个性化诊疗方案。同时，在患者离院后，帮助患者进行病情管理，持续提供健康动态跟踪、复查/复诊预约、眼健康咨询等远程服务，建立爱尔眼底糖尿病患者管理体系终生守护患者的视力健康。



我市首个糖尿病眼病专科门诊在衡阳爱尔眼科医院揭牌成立



活动现场，为糖尿病患者检查眼底



## 出现这些症状，小心是眼底病变

糖尿病是一种常见的内分泌疾病，听起来似乎与眼睛没有太大的关系，其实不然。糖尿病可以引起多种眼部并发症，进而影响我们眼睛从前到后的各个结构，包括眼睑、结膜、角膜、晶状体等。而眼底病变指的是眼后节的疾病，包括玻璃体病变、视网膜病变、视神经病变、脉络膜视网膜病变等。其中对视力影响最严重的，就是糖尿病视网膜病变，这也是导致广大糖尿病患者视力丧失的一个主要病因。

罗新店解释，糖尿病视网膜病变是由于高血糖对视网膜血管造成了损害，导致血管出血渗出，甚至出血到玻璃体

里，牵拉视网膜脱离。这种并发症最可怕的就是，早期没有任何明显症状，患者可能也没有任何感觉，在不知不觉中就失去了自己的双眼，更可怕的是，这种致盲的结果是不可逆的。

“之所以称它为眼睛的甜蜜杀手，是因为糖尿病性视网膜病变（简称糖网）早期眼部不红、不痛、不痒，但突然就视力下降了。”罗新店说，糖尿病眼底病变不是一个突然的病，而是慢性进展性疾病，早期并没有明显症状，血糖升高一段时间后，可能出现视线模糊或飞蚊症症状；发展至中期，视力受影响，视野出现暗影；严重时，视力变得

很差，甚至影响工作、生活，最后导致失明。据了解，衡阳爱尔眼科医院每年约接诊数千例眼底病变的糖尿病患者。

罗新店提醒，眼底是人体中血液循环最多、血管最丰富的部位之一，如果内分泌出现问题，必然会影响到眼底的血管，这是糖尿病眼底病变产生的根本原因。他提醒，正因为眼底的血管丰富，专业的眼科医生可以通过肉眼大致辨别是否病变。糖尿病患者如果出现视野模糊、飞蚊症等类似症状，应尽早前往正规医院由专业眼科医生进行检查分辨。



## 眼底病变治疗分阶梯，“致盲”后不可逆

罗新店介绍，在临床上，糖尿病视网膜病变共分为六期：早期的一、二期病变，即眼底血管少量出血，通常不用对它进行任何干预，只需要糖尿病患者对血糖、血压、血脂严格控制，眼部症状一般可缓解。此外，就是养成良好的生活习惯，一定要戒烟，避免饮酒，这样才能延缓病变发展过程。发展到三期时，眼底出血多，有血管病变，可每日适当滴眼药水，口服适量的枸杞等具有明目功效的中药。

当病情到了四期，出现血管重度增殖，可选择激光治疗，也就是局部或全视网膜光凝治疗，消除眼底增生的血管。另外，也可通过眼内注药的方式消除，即注入抗新生血管生长因子的药物。若是再进一步发展，到了第五期，出现了玻璃体积血、视网膜脱离，可以选择玻璃体视网膜手术治疗。

值得注意的是，如果从早期就开始一步一步进行规范化的治疗，那么患者就能够保持相对稳定的视力，可避免患者进入第六期，晚期的视网膜病变并发症多，病情复杂，处理棘手、预后不良，不仅增加了医治难度，更影响视力的恢复甚至致盲。

40多岁的李女士有12年的糖尿病史。近日，她因为双眼看不清东西来到衡阳爱尔眼科医院就诊，经过检查发现其左眼基本无光，已进入6期病变，左眼视力基本无法逆转，所幸李女士的右眼还能模模糊糊看见手部晃动的光影。视网膜脱落，出血严重，鉴于此，罗新店想抓住右眼渺茫的一丝希望，让患者重见光明，于是罗新店为李女士进行了微创玻璃体切除、视网膜复位，并结合激光治疗。手术后，李女士的右眼视力恢复到0.08，生活基本能自理。

50多岁的陈先生也是一位“老糖友”，18年来，他饱受糖尿病的困扰，近年来，他的双眼病变较严重。去年，他的右眼在其他医院接受了玻璃体切除术，最近右眼又开始出现病变，眼底有些微出血，黄斑出现水肿，看东西也模模糊糊。为此，他来到衡阳爱尔眼科医院就诊。

“黄斑位于视网膜的中心位置，是眼睛感光的重要部位。愈接近黄斑中心，感光细胞就愈密集，它是决定视功能的重要部位。”罗新店耐心地向陈先生解释：“如果黄斑发生异常，就会出现中心视力下降、眼前黑影或视物变形等症状，黄斑的任何病变，如水肿、出血，都会影响成像。”最后，罗新店对其进行了相应治疗后，第二天，陈先生的视力就恢复到了0.1。



罗新店为糖尿病患者普及眼底知识