**预防糖尿病视网膜病变**

**早该帮 编制**

眼睛是人类感官中最重要的器官之一，不当的用眼习惯会导致眼部疾病，危害身体健康。

糖尿病和视力看似没有什么关系，殊不知眼部病变也是糖尿病的一大并发症。长期高血糖对血管和神经系统的影响会间接反映在病人的视力上。据研究显示，糖尿病人大约有50%最终会出现视力改变。今天我们来谈谈糖尿病眼病吧。

一、糖尿病视网膜病变在临床上有什么症状

早期：多数患者没有任何临床症状！！！

晚期：严重视力下降（出现视网膜大片出血、玻璃体积血、牵拉性视网膜脱离、新生血管性青光眼、黄斑水肿）。

二、对抗糖尿病眼病，我们该如何预防

糖尿病患者眼病一旦出现，病情是不可逆转的，若无及时有效治疗，患者不仅会视力减退，甚至有失明风险。

我们应该这样做：

（一）积极有效控制血糖。使血糖降至正常或接近正常。

（二）积极治疗高血压。高血压促使糖尿病视网膜病变的发生，且加速其发展。

（三）早期发现眼部并发症。一旦确诊为糖尿病，糖友应立即做个全面检查，尤其是要查眼底。25%的糖友是先发现眼病，然后才查出糖尿病的。眼底未发生病变的糖友，通常每年至少要查一次。糖友如发现视力下降、视物不清，或是眼部有任何不适感，应立即去眼科就诊，除了及时治疗，也要遵医嘱定期复查，至少3~6个月检查一次。

（四）积极戒烟。因为吸烟会导致体内一氧化碳增加造成体内相对缺氧及血小板凝集，加速糖尿病视网膜病变发生

（五）注意用眼卫生。避免熬夜及长时间近距离用眼。

三、糖尿病视网膜病变如何治疗

美国眼科学会认为早期的诊断和观察治疗，是决定患者生活质量的重要因素，即使处于进展期糖尿病眼病的患者，只要早期接受治疗，仍有很大机会维持其生活视力的！所以，一旦发现眼底有问题，应积极配合医生，进行相应的治疗。

糖尿病视网膜病变分为两型六期，1~2期可以药物治疗，主要目的是改善视网膜血液循环，降低毛细血管通透性，降低血液粘度，减少红细胞、血小板聚集，可采用改善微循环和止血药,碘制剂；3~4期主要采用光凝治疗，这也是目前世界上普遍采用的有效方法；5~6期一般采用手术治疗，多数患者术后可恢复部分视力。

关键词：

参考文献：[1]早该帮https://bang.zaogai.com/item/BPS-ITEM-24145.html