

糖尿病だより

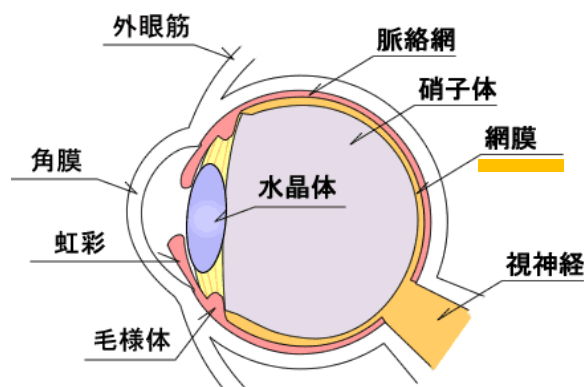
2017 年 1 月

No.48



定期的な眼科受診を忘れずに！

糖尿病の三大合併症のひとつ「**糖尿病性網膜症**」は成人の視力低下の原因第 2 位です



目の構造をカメラに例えると、網膜がフィルムに当てはまります。フィルムが駄目になれば写らないのと同様で見えなくなります

網膜は極細の毛細血管が無数にあります。その血管の中を通って網膜に栄養や酸素が運ばれます。高血糖が続くと、血管が破れやすくなったり、血管内が狭くなったりして、障害が起こります

糖尿病網膜症は、**段階的に悪化していきませんが、初期には自覚症状がありません**

見えにくくなってから治療をしても回復しません。また、視力検査だけでは初期の変化は分かりません。

定期的に眼底の状態を診てもらい、早期に治療を受けることが大切です

- ◆糖尿病と分かったら、まず 1 回は眼科を受診し、その後も眼科医の指示を守り定期検査をかかさないこと
- ◆合併症予防の血糖コントロールの目標は **HbA1c 7%未満** です
血糖のコントロールが何よりも大切です

糖尿病のコントロールには食事・運動などの生活習慣を変えることと、その継続が欠かせません。皆様の糖尿病療養に役立つ情報をこの「糖尿病だより」で発信していきます。

糖尿病療養指導スタッフ一同

国立病院機構 姫路医療センター

