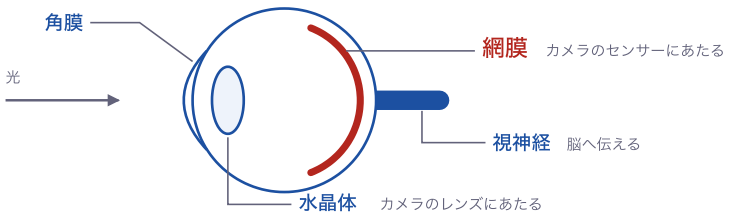
糖尿病の合併症 02

網膜症について

かなり進行していても、見え方は変わらないことがあります。
いつか眼の中で出血し、一気に視力が落ちることがあるため、糖尿病と診断されたときから眼科に通いましょう。

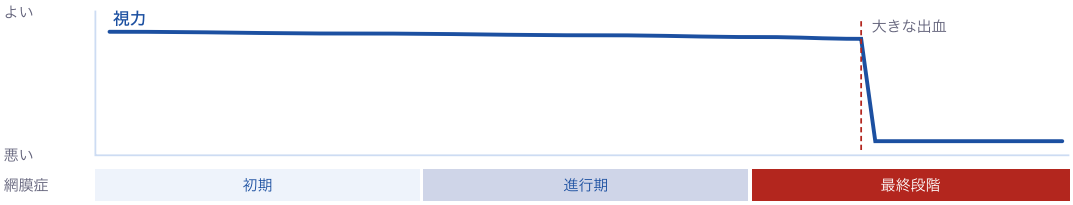
Q 網膜とはどこですか



網膜には**細い血管**が走っています。血糖値が高い状態が続くと、この血管が詰まりはじめます。

血流が足りなくなると、体は**新しい血管を生やして補おう**とします。
ところが**この血管はもろく、あるとき破れて大きな出血を起こします**。

Q なぜ見え方が変わらないのですか



網膜症は、かなり進んでも見え方が変わらないことがあります。

出血を起こすまでは、センサーの一部に小さな変化があるだけだからです。
大出血が起きた途端、一気に視力が落ちたり、失明に至ったりします。

Q いつから眼科に行くのですか

糖尿病と診断されたときからです。見え方に問題がなくても受診してください。

網膜に変化がなければ**半年から1年に1回**、進行していれば**もっと短い間隔**で通うことになります。
間隔は眼科の先生が決めます。

Q どんな治療がありますか

レーザーで網膜の一部を処置し、**大出血を未然に防ぐ**方法があります。外来で受けられます。

実際に大出血を起こしてしまった場合は**手術**になりますが、**視力が戻らないこともあります**。
そうなる前に見つけることが大切です。

Q 運動に制限はありますか

網膜に変化が出てきたら、強く力む運動は控えます。重いものを持ち上げるような運動です。

進行している場合は、**歩く程度にとどめる**こともあります。網膜で出血を起こさないためです。

出典：日本糖尿病学会 糖尿病診療ガイドライン2024

診療目的での複製は自由に行えます。