



# 眼睛的定期篩檢你做了嗎？

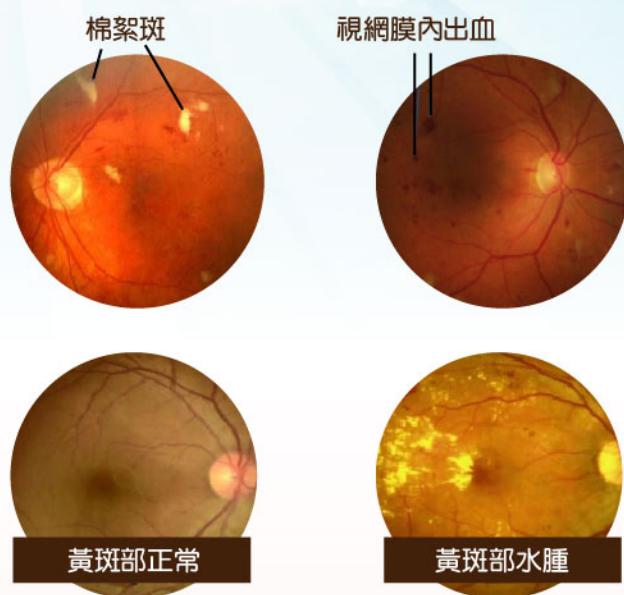
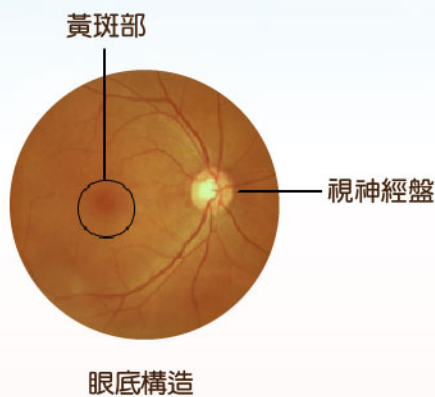
## 談 糖尿病視網膜病變



糖尿病的控制需靠飲食的控制、按時服用藥物及自我血糖的監測、定期的回診，在多重的配合下達到良好的控制，並且至少每年定期的眼底篩檢才能提早發現視網膜病變，降低病變的嚴重程度。

### 1. 什麼是糖尿病視網膜病變

糖尿病長期控制不良時，將引起血管病變，進而傷害視網膜的微細血管與引起黃斑部水腫，導致視覺影像變模糊、扭曲或是部份喪失。



### 2. 糖尿病視網膜病變有那些症狀



### 3. 如何預防及控制糖尿病的視網膜病變

|    | 糖化血色素(HBA1C) | <7.0%(需個別化考量) |
|----|--------------|---------------|
| 血糖 | 空腹(餐前)血糖     | 80-130mg/dl   |
|    | 餐後兩小時血糖      | 80-160mg/dl   |
| 血壓 | 一般建議         | <140/90mmHg   |
|    | 腎病變患者        | <130/80mmHg   |

眼睛是我們的靈魂之窗，黃斑部是視力中心，現代人頻繁的使用3C產品、加上陽光紫外線及疾病的影響，會影響黃斑部。

而黃斑部的病變是造成成年人失明的最主要原因！保住糖尿病病人視力最重要的方法就是定期的眼睛篩檢，早期發現早期治療。早期的病變一般是無自覺症狀，第I型糖尿病病人前5-10年約一年一次，10年以上約一年兩次，第II型糖尿病病人診斷為糖尿病時應做眼底檢查，依視網膜病變的程度，定期在門診追蹤。