



تلخی اثرات دیابت بر بینایی

شاید بیشتر افراد دیابتی بدانند که قند بالا می‌تواند در درازمدت، یک عامل تهدیدکننده جدی برای چشم باشد، اما بسیاری از این افراد نمی‌دانند که دیابت یکی از چهار علت اصلی نابینایی در دنیاست.

شاید بیشتر افراد دیابتی بدانند که قند بالا می‌تواند در درازمدت، یک عامل تهدیدکننده جدی برای چشم باشد، اما بسیاری از این افراد نمی‌دانند که دیابت یکی از چهار علت اصلی نابینایی در دنیاست.

دیابت می‌تواند باعث بروز آب مروارید، آب سیاه و خونریزی‌های عروقی در چشم شود. به بیان دیگر قند بالا به مختل شدن عملکرد سلول‌های بدن منجر می‌شود و در درازمدت در چشم ایجاد خونریزی می‌کند و به دنبال آسیب‌دیدگی عروق شبکیه چشم، دید فرد دچار اختلالات جدی می‌شود. در واقع شایع‌ترین عوارض چشمی دیابت، تاثیر روی شبکیه است.

از آنجا که عروق شبکیه براحتی توسط متخصصان قابل مشاهده است به عنوان یکی از بهترین راه‌های ارزیابی وضع کلی عروق بدن و به نوعی آئینه تمام‌نمایی از مشکلات عروقی سایر قسمت‌های بدن محسوب می‌شود.

به این دلیل بسیاری از بیماری‌ها که به نحوی می‌تواند عروق را تحت تاثیر قرار دهد، موجب بروز مشکلاتی در شبکیه نیز می‌شود.

بنابر تاکید متخصصان سر دسته این بیماری‌ها، بیماری قند و افزایش فشارخون است. دکتر محمد ریاضی اصفهانی، فوق‌تخصص جراحی شبکیه در گفت‌وگو با جام‌جم از چگونگی تاثیر دیابت بر عروق شبکیه می‌گوید: اعصاب بینایی بخشی از مغز محسوب می‌شود که می‌تواند در اثر بسیاری از بیماری‌ها تحت تاثیر آسیب قرار بگیرد. شاخص‌ترین این بیماری‌ها را دیابت تشکیل می‌دهد که تغییرات متابولیک ناشی از آن، همچنین تغییراتی که در ساختمان و عملکرد عروق و در اعصاب چشم ایجاد می‌کند، موجب تغییرات شگرفی در قسمت‌های مختلف چشم می‌شود. متأسفانه این تغییرات در مواردی با توجه به شدت درگیری، پتانسیل ایجاد نابینایی را نیز دارا خواهد بود و به همین لحاظ ارزیابی بالینی بیماران دیابتی از نظر گرفتاری چشم اهمیت بسیار زیادی پیدا می‌کند.

وقتی پرده شبکیه ورم می‌کند

در دیابت از یک سو انسداد عروق شبکیه به وجود می‌آید که باعث می‌شود مواد غذایی و اکسیژن به میزان کافی در دسترس شبکیه قرار نگیرد و از سوی دیگر مویرگ‌های موجود دیواره سالم نداشته و با تغییراتی که در ساختمان خود متحمل می‌شوند، موجب بروز نشت از دیواره رگ به داخل بافت و ایجاد ورم می‌شوند. هنگامی که ورم ایجاد شده در مرکز بینایی اتفاق افتد باعث کاهش دید بیمار و مشکلات بینایی می‌شود.

دکتر ریاضی با اشاره به مطالب فوق اضافه می‌کند: اثرات دیابت بر شبکیه بتدریج و طی مراحل ایجاد می‌شود و به همین لحاظ معاینه مرتب و در فواصل منظم این بیماران از اهمیت زیادی برخوردار است. در این معاینات دوره‌ای چشم‌پزشک می‌تواند درگیری‌های شدید شبکیه را تشخیص داده و برای جلوگیری از مشکلات بعدی یا درمان مشکلات ایجاد شده، اقدام کند. ذکر این نکته ضروری است که کنترل دقیق قند، چربی و فشار خون و نیز اختلالات متابولیک از اهمیت بسزایی برای پیشگیری از گرفتاری‌های شدید شبکیه برخوردار است.

نابینایی؛ عاقبت همه دیابتی‌ها نیست

بیماری دیابت با تمام خطراتش، قابل کنترل و حتی درمان است. به همین دلیل لزومی ندارد که همه دیابتی از عوارض سخت کلیوی، عروقی و چشمی ناشی از این بیماری بترسند.

حتی دکتر ریاضی با تاکید بر این‌که تمام بیماران دیابتی می‌توانند در معرض تغییرات ناشی از دیابت قرار بگیرند، توضیح می‌دهد: ولی زمان بروز این تغییرات و میزان شدت درگیری تا حد زیادی به میزان کنترل متابولیک فرد بستگی دارد. به این معنی که در صورت کنترل دقیق متابولیک و معاینات دوره‌ای منظم می‌توان انتظار داشت که بیمار دیابتی در بیشتر موارد بتواند زندگی معمول خود را داشته و محدودیتی از نظر بینایی نداشته باشد. مسلماً بهترین راه پیشگیری از بروز این تغییرات، کنترل دقیق میزان قند خون، چربی خون، فشارخون، کم‌خونی و سایر اختلالات متابولیک، ورزش منظم و معاینات دوره‌ای از سوی چشم‌پزشک است.

شاید برای بسیاری از دیابتی‌ها این سوال مطرح باشد که در صورت درگیر شدن عروق شبکیه چشمشان آیا راه‌حل درمانی برای پیشگیری از نابینایی یا اختلالات شدید بینایی وجود دارد؟

دکتر ریاضی در پاسخ به این پرسش می‌گوید: در معاینات دوره‌ای در صورتی که علائم از گرفتاری شبکیه وجود داشته باشد بررسی‌های دقیق‌تری از جمله انجام عکسبرداری از شبکیه توسط چشم پزشک در خواست خواهد شد و برحسب میزان گرفتاری و با توجه به میزان خطری که فرد را تهدید می‌کند درمان‌هایی از قبیل لیزر درمانی، انجام تزریقات داخل چشمی یا عمل جراحی ممکن است برای بیمار در نظر گرفته شود که با انجام درمان‌های فوق در بسیاری از موارد می‌توان انتظار داشت که مشکلات ایجاد شده محدود شده یا برطرف شود.

سایر آسیب‌های متابولیکی بر چشم

فراموش نکنید که فشار خون بالا می‌تواند با تغییراتی که در عروق شبکیه ایجاد می‌کند باعث ایجاد خونریزی، نشت خون از عروق شبکیه، انسداد عروق و کاهش دید بیمار شود.

پس این بیماران نیز همچون بیماران دیابتی لازم است به صورت دوره‌ای و منظم از سوی چشم پزشک بررسی شوند.

در مطالعات مختلف تاثیر مصرف سیگار بر بروز بیماری‌های شبکیه و از جمله تغییر شکل بافت شبکیه وابسته به سن به اثبات رسیده است.

پس به تمام بیماران و بخصوص بیماران مبتلا به بیماری‌های شبکیه توصیه می‌شود تا در کوتاه‌ترین زمان ممکن برای ترک سیگار اقدام کنند.

پونه شیرازی - گروه سلامت