

認識糖尿病視網膜病變衛教指導



糖尿病視網膜病變為糖尿病的併發症之一，是因視網膜上的血管產生病變引起血液的滲出，造成視網膜組織的傷害，使得所看到的影像扭曲模糊甚至喪失。糖尿病的病史愈久，造成視網膜病變的危險性愈高，患有糖尿病十年以上者，大都有視網膜的變化。

因視網膜病變時，不會疼痛，若無明顯影響視力時常被忽視，所以除非檢查眼底否則早期的視網膜病變無法被發現。

❖ 病症

常見的症狀有視力減退，眼前出現浮動的黑點，視力突然變壞幾近失明等，糖尿病病人失明的比例為普通人的 20 倍以上。一般而言，早期的糖尿病視網膜病變，沒有特殊的症狀，須經醫師檢查後才能及早發現。

❖ 合併症

- 1.黃斑部水腫：黃斑部位於視網膜的正中心，是視力最敏銳之處，也是對於缺血最敏感的地區，當血流不順暢時，黃斑部容易水腫，感光的機能相對地降低。
- 2.眼球內出血：新生血管破裂造成眼球內出血(玻璃體出血)，光線通過瞳孔後受阻於混濁的玻璃體，視力必然變壞。
- 3.視網膜剝離：眼球內反覆出血會導致結疤(纖維化)，使視網膜變形，甚至將視網膜扯離眼球壁，造成網膜剝離症。

❖ 預防

- 1.嚴格控制血糖：遵照醫師指示嚴格控制血糖，是預防糖尿病視網膜病變最基本的方法。
- 2.定期作眼底檢查：糖尿病每半年應作一次眼底檢查，以防止視網膜病變發生，若檢查發現有視網膜病變者，於採取必要的治療後，再依醫師之指示定期回診。

❖治療

1.雷射治療：當視網膜病變惡化到可能產生新生血管時即須接受雷射治療，以消除新生血管，預防眼球內出血。雷射治療不但有預防性的功效也是公認治療糖尿病視網膜病變最可靠的方法之一。

雷射治療的方式如下：

- * 採門診治療，不須住院，每週治療一次。
- * 每次治療前須先放大瞳孔，一小時後進行治療，治療時間約須三十分鐘。
- * 每個眼睛須作三次治療。
- * 治療時，病人會感覺有一道藍光在眼前閃爍，但不會疼痛。

2.手術治療：

下列二種較常見的視網膜病變，須接受手術治療：

- * 玻璃體混濁：當網膜新生血管出血流入玻璃體時，原本清澈的玻璃體會變成混濁，玻璃體若不能自行恢復透明時，即須施行手術予以清除。
- * 視網膜剝離：當眼球內結疤嚴重，把視網膜扯離眼球壁，造成視網膜剝離時得施行手術治療。

❖注意事項

- 1.眼睛不舒服請到醫院檢查，切勿任意點眼藥。
- 2.檢查視網膜前四十分鐘，須先點散瞳藥放大瞳孔，點藥後眼睛在十小時內會有灼痛，怕光或視力模糊的現象，約十小時後即恢復正常。回家後若有劇烈頭痛等現象發生時，請立即到醫院診療。
- 3.接受雷射治療者，眼睛受雷射光照射後，會有暫時性視力減退的現象，約48小時後即可恢復正常。
- 4.視網膜病變手術後配合醫護人員醫囑之特殊姿勢，臥床休息。
- 5.術後三個月內避免劇烈運動。
- 6.定期點藥、服用藥物，定期門診追蹤檢查。
- 7.需注意血糖及血壓之控制。

參考文獻：

胡月娟(2016)·內分泌系統疾病之護理·於劉雪娥總校閱，成人內外科護理學下冊(七版，762)·台北市，華杏。

李惠玲(2016)·內分泌系統疾病之護理·於劉雪娥總校閱，成人內外科護理學下冊(七版，237-238)·台北市，華杏。