

Διαβήτης: Απειλή για την όραση

Εάν συγκαταλέγεστε σε εκείνους τους ανθρώπους που τους διέγνωσαν ότι πάσχουν από σακχαρώδη διαβήτη, τότε είναι πολύ πιθανό να εμφανίσετε απότομες αλλαγές στην όραση σας.

Κείμενο: Τσιτάνα Σκούταρη O.D., Ειδικός Οπτομέτρης MSc Low Vision, Επικ. Καθηγήτρια Παν/μίου Complutense Μαδρίτης
Εισηγήτρια και Εξετάστρια στην Ευρωπαϊκή Ένωση για το Ευρωπαϊκό Δίπλωμα Οπτομέτρης

Ο διαβήτης μπορεί να προκαλέσει σημαντικές αλλοιώσεις στα αιμοφόρα αγγεία του οργανισμού συμπεριλαμβανομένων και των αγγείων των ματιών μας. Προσβάλλει την όραση προκαλώντας **πρώιμο καταρράκτη**, διαφοροποίηση στους βαθμούς των γυαλιών αλλά συμβάλλει επίσης στη **αύξηση της ενδοφθαλμίας πίεσης** που μπορεί να εξελιχθεί σε γλαύκωμα. Εντούτοις η πλέον σημαντική επίδραση του διαβήτη στον οφθαλμό είναι **οι αλλοιώσεις στον αμφιβληστροειδή χιτώνα** και η δημιουργία μιας πολύς σοβαρής νόσου της **διαβητικής αμφιβληστροειδοπάθειας**.

Ο αμφιβληστροειδής είναι ο πιο φωτοεαίσθητος χιτώνας του ματιού. Προσλαμβάνει τις ακτίνες φωτός και μετατρέπει την οπτική εικόνα σε νευρικό ερέθισμα, το οποίο ο εγκέφαλος το ερμηνεύει ως όραση. Ο ειδικός οπτομέτρης μέσα από επισταμένη εξέταση της όρασης μπορεί να ανιχνεύσει αλλαγές στη λειτουργία της όρασης, όπως ισχυρή μεταβολή της μυωπίας ή της υπερμετρωπίας, μειωμένη ευαι-



σθησία του κερατοειδούς χιτώνα, δυσκολία στο διαχωρισμό και την αντίληψη των χρωμάτων αλλά και διπλωπία, διαταραχή της όρασης κατά την οποία ο ασθενής βλέπει διπλά. **Η διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια είναι από τις συχνότερες αιτίες τύφλωσης στις δυτικές κοινωνίες.** Οι πιθανότητες ανάπτυξης αγγειοπάθειας στον αμφιβληστροειδή χιτώνα αυξάνονται όσο περισσότερα είναι τα χρόνια που κάποιος πάσχει από διαβήτη αλλά μπορεί και να εμφανιστεί και κατά τα πρώτα χρόνια σε ένα διαβητικό.

Η ηλικία, το κάπνισμα, η αρτηριακή υπέρταση και γενικά ο τρόπος ζωής επιταχύνουν την εκδήλωση της νόσου. Η ηλικία σχετίζεται με την ηλικία των αγγείων. Όσο τα αγγεία είναι νέα, τροφοδοτούν τους ιστούς επαρκώς με αίμα. Όταν όμως τα αγγεία έχουν αλλοιωθεί από τα υψηλά επίπεδα σακχάρου στο αίμα, τότε η παροχή του αίματος μειώνεται και οι ιστοί γηράσκουν πρόωρα. Το 80% των διαβητικών εκδηλώνουν κάποια μορφή αμφιβληστροειδοπάθειας το αργότερο μετά από 15 χρόνια από την εμφάνιση του διαβήτη. Η διαβητική αμφιβληστροειδοπάθεια προσβάλλει πάντα και τα δύο μάτια. Διακρίνεται σε: **μη παραγωγική** που αν αντιμετωπιστεί έγκαιρα η όραση διατηρείται και σε **παραγωγική** (5% - 10% του διαβητικού πληθυσμού) περίπτωση κατά την οποία δημιουργούνται αλλοειάλληλες αιμορραγίες που εμποδίζουν τη διέλευση φωτός προς τον αμφιβληστροειδή. Σε προχωρημένο στάδιο είναι πιθανό **να οδηγήσουν σε αποκόλληση του αμφιβληστροειδούς, σε γλαύκωμα ή ακόμη και σε πλήρη απώλεια της όρασης.** Η αντιμετώπιση τους με θερμικό Laser αλλά και ενδοαμφιβληστροειδικές ενέσεις μειώνουν μόνο πρόσκαιρα τα συμπτώματα χωρίς όμως να μπορούν να θεραπεύσουν. Έτσι οι ασθενείς χάνουν σταδιακά όραση.

Τι μπορούν να κάνουν για να αποφύγουν την τύφλωση:

- 1) Να αλλιάξουν τη διαίτα τους και να μην καταναλώνουν τροφές πλούσιες σε λιπαρά, φαρμάκια προπαρασκευασμένα ή μαγειρεμένα σε υψηλές θερμοκρασίες και να ακολουθούν τις οδηγίες του διαβητολόγου τους.
- 2) Να κόψουν το κάπνισμα.
- 3) Να κάνουν κάθε έξι μήνες τουλάχιστον βυθοσκόπηση, καθώς και έλεγχο της όρασης τους από τον ειδικό οπτομέτρη.
- 4) Να μην κάνουν επέμβαση καταρράκτη γιατί θα δημιουργηθούν επιπλοκές όπως ραγδαία αύξηση των αγγείων που αιμορραγούν και έτσι η οπτική οξύτητα θα μειωθεί ή μπορεί ακόμα και ο ασθενής να τυφλωθεί.
- 5) Να μην εγκαταλείψουν το διάβασμα.



Η απώλεια όρασης εξαιτίας της διαβητικής αμφιβληστροειδοπάθειας μπορεί να γίνει αιτία κοινωνικής απομόνωσης, αποχής από καθημερινές λειτουργίες όπως το διάβασμα και η παρακολούθηση τηλεόρασης και ο ασθενής εύκολα να πάθει κατάθλιψη.

Γυαλιά ειδικά κατασκευασμένα στην Αμερική από την εταιρεία που εξοπλίζει τη NASA με οπτικά όργανα, παρέχονται πλέον και στη Ελλάδα αποκλειστικά από τον **εξειδικευμένο στη χαμηλή όραση οπτομέτρη** έπειτα από επισταμένη εξέταση και βοηθούν τους ασθενείς να διαβάσουν ή να κάνουν εργασίες που είχαν στερηθεί. ■