



WORLD **DIABETES** FOUNDATION

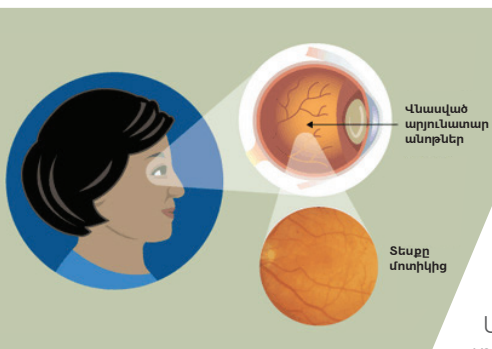


ՇԱՔԱՐԱՅԻՆ ԴԻԱԲԵՏ ԵՎ ԱԿՆԱՅԻՆ ՀԻՎԱՆԴՈՒԹՅՈՒՆՆԵՐ

Աշխարհում գրանցվում է շաքարային դիաբետով հիվանդացության աճ, որը կուգակցվում է ակնային բարդություններով, ինչպես, օրինակ՝ շաքարախտային ռետինոպաթիան է: 2015թ. տվյալներով 415 մլն մարդ ախտորոշված է որպես դիաբետ ունեցող: Ենթադրվում է, որ նրանց 95 տոկոսը կարող է ունենալ դիաբետի հետևանքով առաջացած ակնային որևէ ախտահարում, իսկ երեքից մեկի մոտ կվարգանա շաքարախտային ռետինոպաթիա: Չկարգավորված դիաբետի դեպքում հիվանդների մոտ մեծանում է բարդությունների կարգացման ռիսկը, ներառյալ ռետինոպաթիան:

Դիաբետը կարող է ախտահարել աչքերը՝ վնասելով ցանցաթաղանթի արյունատար անոթները: Ցանցաթաղանթում լույսն ընկալվում է, առաջանում են նյարդային ապոակներ, որոնք փոխանցվում են գլխուղեղ: Այս վիճակն անվանվում է շաքարախտային ռետինոպաթիա:

Դիաբետը նաև նպաստում է ակնային հետևյալ ախտահարումների կարգացմանը.



- դեղին բծի այտուց՝ աղոտ տեսողություն ցանցենու կենտրոնական հատվածում, որն ապահովում է հստակ տեսողություն հեղուկի կուտակման հետևանքով,

- ցանցենու շերտապատում՝ սպիացման հետևանքով ցանցենու տեղաշարժում,

- կատարակտ ոսպնյակի պոստրոում,

- գլաուկոմա բարձր ճնշում աչքի մեջ, որը կարող է հանգեցնել կուրության և ակնային այլ խնդիրների:

Արյան մեջ շաքարի բարձրացումը կամ արագ տատանումները հաճախ առաջացնում են աղոտ

տեսողություն, որովհետև ոսպնյակի կորությունը չի փոփոխվում, եթե այն պարունակում է չափից ավելի շաքար կամ հեղուկ: Շաքարախտային ռետինոպաթիան տեսողության վատթարացման կամ կուրության հիմնական պատճառ է 20-74 տարեկան մարդկանց շրջանում: Առաջին կամ երկրորդ տեսակի շաքարային դիաբետով տառապողները ռետինոպաթիայի կարգացման ռիսկի խմբում են:

Ռիսկային խմբեր

Ռետինոպաթիայի վարգացման կամ խորացման վտանգը մեծանում է, եթե

- ունեք դիաբետի երկարամյա պատմություն,
- շաքարը (գլյուկոզան) արյան մեջ կարգավորված չէ,
- ծխում եք կամ արյան բարձր ճնշում ունեք:



Ախտանշաններ

Հաճախ շաքարախտային ռետինոպաթիայի ախտանշանները բացակայում են մինչև խորացված ախտահարումը, երբ արդեն դիտվում է տեսողության վատթարացում:

Շաքարախտային ռետինոպաթիայի ախտանշաններն են՝

- աղոտ տեսողություն և ժամանակի ընթացքում տեսողության աստիճանական վատթարացում,
- աչքի առջև սև բծեր,
- սովերներ կամ տեսողության բացակայող հատվածներ,
- մթնշաղին տեսնելու դժվարություն:



Նորմալ տեսողություն



Շաքարախտային ռետինոպաթիա

Ախտորոշում

Շաքարախտային ռետինոպաթիան ախտորոշելու միակ տարբերակն աչքի մանրակրկիտ վննումն է, որը ներառում է ակնահատակի ցանցենու ստուգում: Շատերն անտեղյակ են, որ իրենց մոտ սկսում է շաքարախտային ռետինոպաթիա վարգանալ մինչև այն պահը, երբ աչքի մեջ արյունազեղում է առաջանում: **Այդ պատճառով շաքարային դիաբետ ունեցող յուրաքանչյուր ոք պետք է պարբերաբար աչքի վննում անցնի:** Հետապնդվե՞լ հետևելով ցուցումներին, սովորաբար՝ մեկ կամ երկու տարին մեկ անգամ:

Անմիջապես դիմեք ակնաբույժին, եթե ձեզ փստորոշել են շաքարային դիաբետ, և ակնային վննում չեք անցել վերջին մեկ տարվա ընթացքում: Անհրաժեշտ է նաև ակնաբույժին դիմել այն դեպքում, եթե առկա է ստորև բերված փստանշաններից որևէ մեկը կամ այն ավելի է խորացել.

- թույլ լուսավորության դեպքում լավ չեք տեսնում,
- մեկ առարկայի նայելիս այն կրկնակի եք տեսնում,
- խամրած կամ աղուտ տեսողություն ունեք և չեք կարողանում կենտրոնանալ,
- ցավեր ունեք մեկ կամ երկու աչքում,
- գլխացավ ունեք,
- լողացող բծեր եք տեսնում,
- տեսադաշտի ծայրամասում առարկաները չեք կարողանում տեսնել,
- ստվերներ եք տեսնում:

Շաքարախտային ռետինոպաթիայի բուժում

Շաքարախտային ռետինոպաթիայի սկզբնական փուլը բուժում չի պահանջում: Չնայած դրան՝ հիվանդները պետք է մշտապես լինեն ակնաբույժի հսկողության տակ: Ցանցաթաղանթում նոր անոթների աճի՝ նեովասկուլյարիզացիայի կամ դեղին բծի այտուցի վարգացման դեպքում բուժում կպահանջվի: Շաքարախտային ռետինոպաթիայի հիմնական բուժումը վիրահատական միջամտությունն է:

- Լազերային վիրահատական միջամտության դեպքում նոր գոյացած անոթների տարածքում առաջացնում են ցանցենու փոքր այրվածքներ: Այս գործողությունը կոչվում է ֆոտոկոագուլյացիա: Այն նպաստում է նոր գոյացած անոթների ապաձին կամ կանխում է հեղուկի արտահոսքը անոթներից:
- Վիրահատությունը՝ վիտրեկտոմիան, կատարվում է ներակնային արյունալեղման և ցանցենու շերտավառման դեպքում: Աչքի մեջ ներարկվող դեղերը կարող են կանխել նոր գոյացած անոթների աճը: Եթե շաքարային դիաբետ ունեք և արյան մեջ շաքարի պարունակությունը բարձր է, բժիշկը կարող է նոր դեղորայք նշանակել շաքարը կարգավորելու համար:

Շաքարախտային ռետինոպաթիայի դեպքում տեսողությունը կարող է կարճատև վատթարանալ արյան շաքարը կարգավորող դեղորայք ընդունելու պատճառով: **Բուժումը կարող է կանխել տեսողության կորուստը:** Սակայն առկա փոփոխություններն անդառնալի են: Շաքարային դիաբետի հետևանքով վարգացած ակնային հիվանդությունները կարող են առաջացնել տեսողության վատթարացում և կորուստ:



Հիվանդության վարում



Շաքարային դիաբետի պատշաճ հսկողությունը կարող է դանդաղեցնել շաքարախտային ռետինոպաթիայի և ակնային այլ ախտահարումների վարգագումը:

Կարգավորեք ձեր արյան շաքարը (գլյուկոզան) հետևյալ կերպ՝

- օգտագործելով առողջ սննդամթերք,
- կբաղվելով ֆիզիկական վարժություններով,
- ստուգելով շաքարի մակարդակը՝ բժշկի կողմից խորհուրդ տրվող հաճախականությամբ գրանցելով տվյալները և հայտնաբերելով այն սննդատեսակները, որոնք ազդում են շաքարի մակարդակի վրա,
- ընդունելով դեղորայք կամ ինսուլին՝ ըստ ցուցումների:

Կանխարգելում

Շաքարախտային ռետինոպաթիան կանխելու համար հարկավոր է արյան շաքարի, արյան ձնշման և խոլեստերինի պատշաճ հսկողություն:

Կենսակերպում դժվար է առողջության պահպանմանն ուղղված փոփոխություններ կատարել և հետևել դրանց: Ֆիզիկական ակտիվության բարձրացումը, առողջ սննդակարգը և սննդի ու արյան գլյուկոզայի մակարդակի միջև կապի գիտակցումը նպաստում են նյութափոխանակության վերահսկողությանը:

Շաքարային դիաբետ ունեցող յուրաքանչյուր անձի տեսողությունը շաքարախտային ռետինոպաթիայի վարգագման վտանգի տակ է:



Հայկական ակնաբուժության նախագիծ
ՀՀ, ք. Երեւան, Այգեստան 5-րդ փող., տուն 7
Հեռ. +37410 55 90 68
aecp@aecp.am
aecp.am

 **aecp**
the armenian eyecare project
bringing sight to armenian eyes