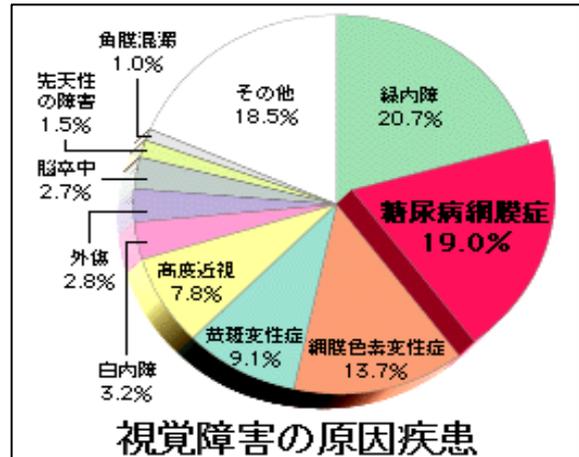


# 糖尿病網膜症

## ■ 眼に現れる糖尿病の影響

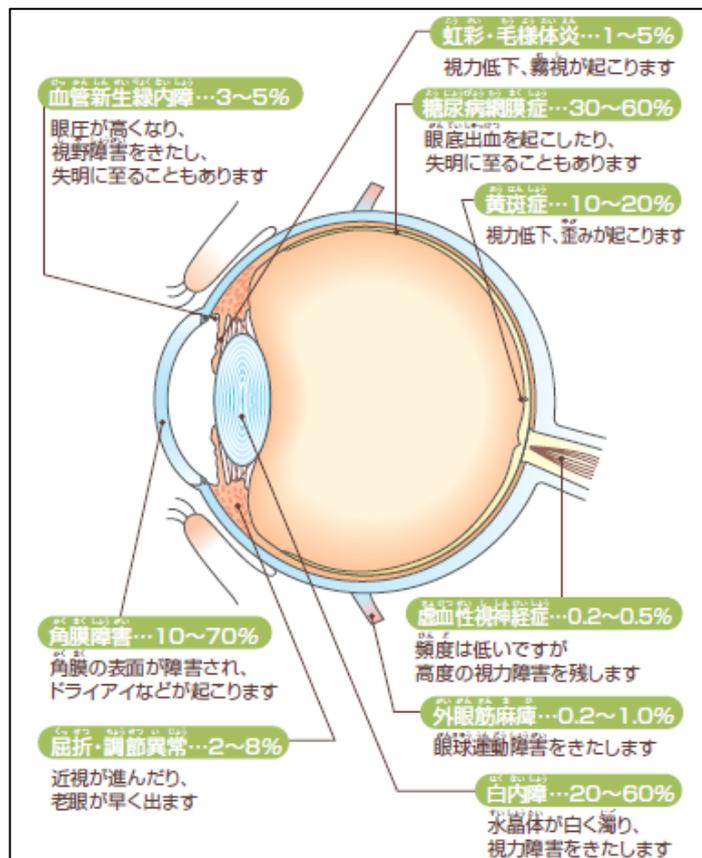
近年、患者数の増加が著しい病気の代表に、糖尿病があります。国内の患者数は約890万人、予備軍を含めると、約2,210万人になります。糖尿病は合併症(余病)が怖い病気、合併症はとくに腎臓や神経、そして眼に現れることが多く、これらは三大合併症といわれます。

眼の合併症は、糖尿病と診断されたときから定期的な眼科の検査を受け、糖尿病と眼科の適切な治療を続けていけば、進行を最小限に食い止めることができます。しかし、実際には糖尿病を放置している人が少なくなく、毎年多くの方が、糖尿病の合併症で視力を失い、成人の失明原因として非常に大きな比率を占めているのです。



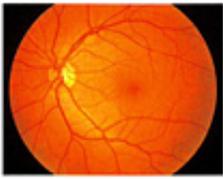
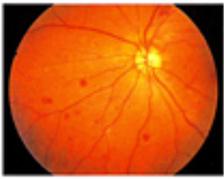
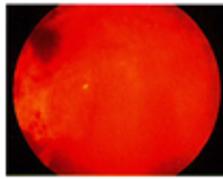
## ■ 糖尿病の眼の合併症が起こる割合

糖尿病の合併症の中には、通常であれば角膜障害のように激しい痛みを感じるものもありますが、末梢神経障害を起こした糖尿病患者さんでは痛みを感じない場合があります。治療が遅れてしまうことがあります。早期発見をし、進行をくい止めるためにも、定期的な検査は大切です。



## ■ 糖尿病網膜症の進行度合い

糖尿病網膜症は、網膜の状態などから進行の段階が3つに分けられます。単純網膜症から増殖前網膜症の段階ではほとんど自覚症状がないため、初期の段階で患者さん自身が眼の異常に気がつくことは困難です。このため、定期的な検査を受けることが大切です。

正常な網膜	単純網膜症	増殖前網膜症	増殖網膜症
			
眼の状態	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 網膜の毛細血管がもろくなります</li> <li>・ 点状および斑状出血</li> <li>・ 毛細血管瘤</li> <li>・ 硬性白斑(脂肪・蛋白質の沈着)</li> <li>・ 軟性白斑(血管が詰まってできません)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 軟性白斑が多くみられます</li> <li>・ 血管が詰まり、酸素欠乏になった部分がみられます</li> <li>・ 静脈が異常に腫れて、毛細血管の形が不規則になります</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 新生血管が硝子体にみられます</li> <li>・ 硝子体出血</li> <li>・ 増殖膜の出現</li> <li>・ 網膜剥離</li> <li>・ 失明に至ることがあります</li> </ul>
自覚症状	なし	なし	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 視力が極端に低下します</li> <li>・ 黒いものがちらつきます</li> <li>・ ものがふれてみえます</li> </ul>

## ■ 糖尿病網膜症の治療

### ① 糖尿病自体の治療としての血糖コントロール

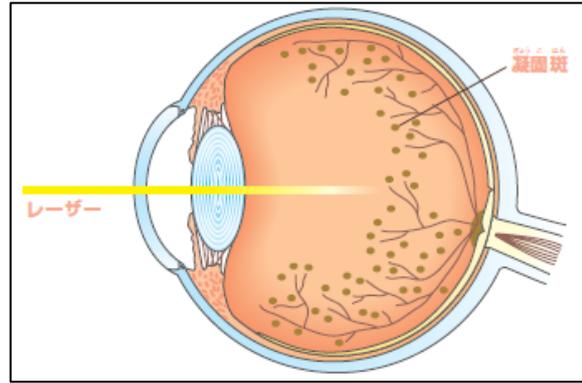
特に単純網膜症では、血糖コントロールで眼底出血が改善する事もあります。また、他の治療の効果を十分なものにするためにも血糖コントロールが不可欠です。

具体的には1日3食規則正しく、まんべんなく食べる事、適切な運動をすること、アルコール、糖分、塩分を取りすぎないこと、規則正しい生活をする事、等が大事です。血糖コントロールの視標としてHbA1c値と言うものがあります。2~3ヶ月の血糖の平均値を表すものです。この値は正常人で5.8%未満ですが、糖尿病があっても6.5%程度に維持できれば、網膜症(その他の全身合併症も)の進行を防止することができます。網膜症にとっては、血糖コントロールが良い方がいいのですが、血糖が高いときに、急激に(短期間に)血糖値を下げると、かえって網膜症が悪化することがあります。また、低血糖にも注意してください。いずれも糖尿病の専門の内科医の指示に従ってください。

## ② レーザー光凝固術

■レーザー光凝固術は、虚血状態の（血液が通っていない）網膜にレーザーを照射して、網膜の出血や白斑を改善したり、新生血管の発生を防ぐ方法です。この治療で視力が回復するわけではありません。網膜症の進行を阻止することが目的です。

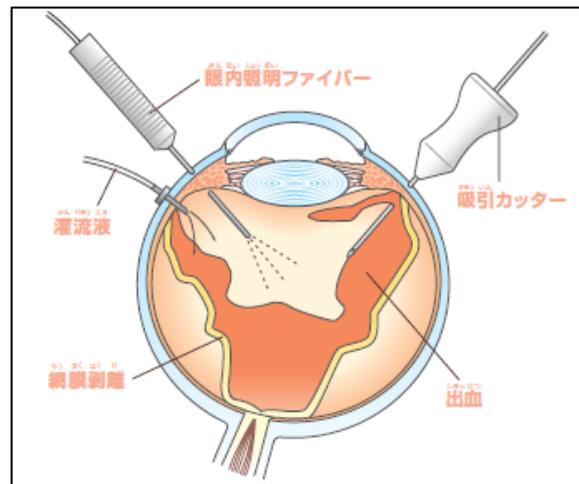
- ・外来通院で治療可能です
- ・点眼麻酔をして、1回15分程度の時間で終了します
- ・進行の段階によって、数回に分けて治療します



## ③ 硝子体手術

■新生血管が破れて硝子体に出血を起こす硝子体出血や、網膜が眼底から剥がれる網膜剥離が起きた場合には、硝子体手術が必要となります。

■眼球内の圧力を保つために灌流液を注ぎながら、吸引カッターで硝子体内の出血を吸引したり、剥がれた網膜を元に戻したりします。眼内は暗いので、照明ファイバーで照らしながら手術します。



## ■精密眼底検査の目安

状態	検査の頻度
網膜症のない糖尿病患者さん	6ヵ月～1年に1回
単純網膜症	3～6ヵ月に1回
増殖前網膜症	1～2ヵ月に1回
増殖網膜症	1ヵ月に1回
硝子体出血のある増殖網膜症	2週間に1回