

## 「糖尿病網膜症について」

平成 26 年 11 月放送

河原崎 正裕

今日は糖尿病がもたらす目のトラブル、糖尿病網膜症についてお話いたします。

糖尿病は、生活習慣病と言われ、食事・運動・喫煙・飲酒などの生活習慣の乱れが強いかかわっている病気です。そのため日本人の糖尿病人口は増え続け、疑いを含めると、10 人に 1 人が糖尿病であると言われています。

糖尿病があると、目にトラブルを起こしやすく、目の奥にある網膜の血管からの出血を糖尿病網膜症と呼びます。網膜症は、糖尿病の状態がよくない方に起こります。糖尿病があっても治療が良好で食事・運動などに気を付けている方は、あまり心配はありません。

網膜症の困ったところは、重症になるまで自分ではなかなかわからない点です。軽い網膜症では自覚症状がなく、「少しかすむかな」あるいは、虫が飛んでいるよう見える、いわゆる飛蚊症があつて、眼科の検査を受けたところ、すでに相当悪くなっている場合がよくあります。ですから、糖尿病のある方は、自覚症状がなくても一度は、眼科を受診するようおすすめします。

軽い網膜症は、糖尿病の状態を改善することが目の治療となります。一度出た網膜の出血も、糖尿病の状態を改善することで消えてなくなることもよくあります。軽い網膜症の場合は、半年から一年に一回の眼科検査で充分ですが、糖尿病の状態が悪いままであれば、網膜症も悪化していきます。こうなると、かすみ目が強くなったり、物がゆがんで見えたりします。ある日突然、

暗く見えるような出血のパターンもあります。両目とも同じくらい悪い場合が多いのですが、自覚症状はどちらかの目に強く出ます。重症化するとレーザー治療や手術治療が必要になります。手術治療は、すごく進歩していますが、治療をしてもなかなか元の見え方には戻らないようです。



「からだにはいる情報の80%は、目から受け取る」と言われるほど、目は大切なところです。

素晴らしい景色を見て感動し、可愛い子や孫の笑顔を見て喜びます。おいしい御料理も見て楽しむ部分が多いのではないのでしょうか。

糖尿病のある方は、かかりつけ医のアドバイスのもと、全身の状態を整えるとともに、自覚症状が出る前に一度は、眼科検査を受けるようおすすめ致します。

以上、今日は、生活習慣病の代表とも言える糖尿病による目のトラブル、糖尿病網膜症のお話でした。