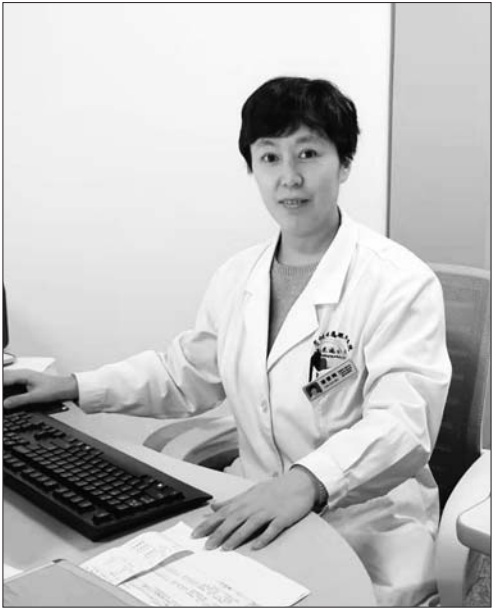


# 35岁男子因糖尿病几近失明

## 眼科专家:糖尿病视网膜病变需早诊早治



### 专家简介

潘雪梅,山东中医药大学附属眼科医院主任医师,中华医学会眼科分会神经眼科学组委员;中国研究型医院学会神经眼科专业委员;山东省医学会眼科分会神经眼科学组组长;山东省激光学会眼科分会副主任委员;中国眼微循环专业委员会眼底病学组常委;山东省老年医学研究会眼科专业委员会常委。

从事眼科临床工作二十年,有扎实的眼病诊治基础,对眼科各种常见和疑难病症,有丰富的临床经验。尤其擅长神经眼科疾病、眼底内科疾病的诊治,如视神经炎、缺血性视神经病变、糖尿病视网膜病变、视网膜静脉阻塞、视网膜血管炎等眼科疾病的综合治疗,对于玻璃体腔注药治疗老年性黄斑变性、高度近视黄斑病变等脉络膜新生血管性疾病有一定造诣。

“

35岁的济南市民张建(化名)是一名设计师,一段时间以来他出现视物模糊并不断加重。以为是用眼过度张健没有重视,当去医院检查时才发现,原来是糖尿病引发的视网膜病变,视力水平已接近失明。

“在临床上因为对糖尿病血糖控制不好,又没有对这种病足够重视的引起永久视力损伤的情况非常常见。”山东中医药大学附属眼科医院主任医师潘雪梅表示,糖尿病患者一定要警惕视网膜病变,一旦发生必须早诊早治。

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 孔雨童

### 查视力查出糖尿病

35岁的张建是济南某装饰公司的一位设计师,常常对着电脑熬夜加班。近几个月以来,张建不断出现视物模糊的症状,有时眼前还有黑影出现——以为是熬夜看电脑太久的缘故,他一直拖着没去就医,直到后来连公交站牌上的字也看得不太清楚了。

上个月,觉得不妙的张建前往山东中医药大学附属眼科医院看病,被确诊为糖尿病引发的眼底视网膜病变。更令医生叹息的是,他一直不知道自己患有糖尿病。

“他来的时候血糖很高,眼底视网膜病变也已经发展到五六期。”山东中医药大学附属眼科医院主任医师潘雪梅介绍说,医生们首先联系内分泌科的医生帮助他把血糖降下来,之后进行了眼底血块的切除和激光治疗。虽然尽全力救治,但是很可能最终也

恢复效果不佳。“这种病就是,你来的时候发展到几期,那么治疗后最好效果就是停留在这个级别。他很有可能最后伸出手都看不清手指,非常可惜。”

在山东中医药大学附属眼科医院,潘雪梅日常接诊的患者中,有一半是糖尿病眼底视网膜病变的患者,这其中,有的是像张建这样根本不知道有糖尿病的,出现了眼部问题也不知道从哪找源头,中老年人更会把它理解成年纪大了老花;也有的市民是知道自己有糖尿病,但是并不注意血糖控制,更不会定期做眼部检查。“事实上,糖尿病超过15年,15%-20%的患者都会出现眼底视网膜病变,应该特别注意的。”潘雪梅说。

### 积极控血糖,定期查眼睛

潘雪梅介绍说,视网膜病变是糖尿病最常见的微血管并发症之一,糖尿病会引发眼底出血,造成视神经缺血性病变。这种疾病的发病取决于糖尿病患病时间的长短,血糖、血压、血脂的控制情况和

糖尿病的类型等。1型糖尿病发生糖尿病视网膜病变早且严重。

值得警惕的是,糖尿病视网膜病变早期没有症状,但随着病情进展,一些敏感的患者会视物变形,或者眼前出现遮挡、黑影飘动的感觉。

潘雪梅说,她给市民如下建议:对于长期血糖控制在正常范围以内的糖尿病患者,可以半年做一次眼部检查,第一次确诊没问题后可以根据医生指导一年做一次检查;如果血糖控制不好,应该3个月做一次眼部检查。

“目前我们主张对糖尿病患者建档,定期管理。目前也在联合社区做这项工作。”潘雪梅说,她也想特别提醒糖尿病视网膜病变的患者,一定要听从医嘱。在临床上,她常常遇到有患者因为恐惧激光放弃治疗,但是这样会造成病情延误。“1-2期的糖尿病眼底病变患者可以用药调节,3-4期就要用激光治疗,5-6起就必须手术后再使用激光。因为糖尿病眼底病变是不可逆的,所以大家一定要早发现,早治疗。”

# 糖尿病开始威胁年轻人的健康

## 专家建议控制饮食,减少热量摄入

今年11月14日是第13个“联合国糖尿病日”,宣传主题是“防控糖尿病,保护你的家庭”。山东大学第二医院内分泌科副主任庄向华向记者介绍道,现在糖尿病发病率越来越高,在中国现在每十个人中就有一人可能患有糖尿病。近几年糖尿病发病年龄越来越年轻化,不少二十岁左右的年轻人患上了糖尿病,体型偏胖者患糖尿病的机率更大。

齐鲁晚报·齐鲁壹点  
记者 王凯 陈晓丽

庄向华说,随着生活方式的改变,与父辈的生活条件相比,人们吃的东西更多,运动量变少了。工作、生活压力大的时候,体内热量储存过多,胰腺负担加重,时间长了就容易得糖尿病。这是体内代谢紊乱出现的标志,当血糖过高,就要去主动干预。糖尿病如果控制不好,短期会出现口渴、多尿、多饮、多食、体重减少等症状。

时间长了以后,肾功能不全,心脑血管疾病等并发症都有可能跟着出现。

如何防治糖尿病呢?首先要管住嘴,进行饮食控制。病从口入,很多患者就是因为饮食结构不合理,吃的食物热量过多,活动过少才导致糖尿病发生。所以说先控制饮食,减少热量摄入、加强运动。年轻发病的糖尿病患者在临床上是非常常见的。少部分患者属于特殊类型的糖尿病,需要内分泌科大夫进行正确诊断和治

疗。糖尿病本身是一个可防可治的疾病,患者需要对生活方式蚝合理改变,养成良好生活习惯,并结合医生的诊断和治疗。

目前防治糖尿病有口服降糖药物治疗,必要时血糖控制不佳时加用胰岛素治疗,帮助患者控制好血糖,延缓慢性并发症的发生和发展。在山东大学第二医院内分泌科已经接诊了很多像小王这样的年轻患者,也希望发病早的一定要给与自己的疾病高度重视,预防慢性病并发症的发生。

相关链接

## 糖尿病眼底病变患病人群呈年轻化

在大多数人的印象中,糖尿病眼底病变大都是老年人的“专利”,但近几年,糖尿病眼底病变的患病人群呈现年轻化的趋势。

“随着糖尿病患病率的增加以及年轻化,与此相应,作为糖尿病的并发症之一,糖尿病眼底病变的年轻患者也比以前明显增加。”济南市第二人民医院眼底病科主任张同河介绍,目前门诊中约四分之一患者属于糖尿病眼底病变,虽然40岁以上人群仍占绝大多数,三四十岁的患者已经越来越常见。

“值得警惕的是,很多年轻人以为糖尿病是老年病,自己还年

轻,从来不检查血糖。很多患者是因为视力明显下降,甚至眼底出血导致突然失明才眼科就诊,才发现自己患有糖尿病,而且眼底病变已经非常严重。”张同河痛心地说道。

同时,也正是因为不知道自己患有糖尿病,年轻患者前期往往血糖没有得到有效控制,视网膜耗氧量,再加上此前没有经过任何有效治疗,手术难度增大。

张同河曾经接诊过一位20多岁的年轻女性,因为视力下降严重到济南市第二人民医院就诊。经过检查才发现,这位女性患有糖尿病,眼底病变已经到了晚期,双

眼都出现了牵拉性视网膜脱离。“由于病变严重,其中一只眼睛已经丧失了治疗价值。”张同河表示,“好在另外一只眼睛经过玻璃体切除手术,视力恢复得不错。”

“年轻的糖尿病患者视力下降初期,容易想当然以为是一时用眼过度,随便买眼药水缓解,可能耽误病情。”张同河提醒年轻人群,由于如今生活方式和饮食习惯已经发生较大改变,年轻人最好每年也要注意检查血糖,一旦发现患有糖尿病,要严格遵医嘱定期检查眼底,只有早发现早控制,才能最大程度延缓甚至避免糖尿病眼底病变发生。

