



糖尿病眼疾

三藩市凱薩醫療機構
Diabetic Eye Diseases

大約有一千六百萬個美國人患有糖尿病。其中有一半的人由於不知道自己患有這疾病而有失明的風險。

由糖尿病引起的眼疾是指影響糖尿病患者的不同眼睛毛病，包括糖尿病視網膜病變、白內障和青光眼。而其中最常見的是糖尿病視網膜病變。

糖尿病視網膜病變對視力構成潛伏性的威脅，原因是視網膜內的血管由於糖尿病引起的高血糖而受到損害。

由於早期的糖尿病視網膜病變通常並無病癥，在病情未變得嚴重之前，視力可能不受影響。假如您有以下情況出現，便應該立即去見眼科醫生：

- 只有一隻眼視力改變
- 視力改變持續幾天以上
- 視力改變與血糖水平變動無關

糖尿病亦可以引致白內障和青光眼，因而影響視力。假如您有糖尿病，便很可能在較年青的時期有白內障，而患青光眼的機會亦會增加一倍。

有超過三份一被診斷出患糖尿病的人，並不尋求建議的視力護理而可能有失明的風險。一旦被診斷出患

糖尿病，便應該最少每兩年檢查眼睛一次。

及早診斷出糖尿病，以及能通過飲食和運動有效的控制血糖水平、血紅蛋白 A1C 和高血壓，都有助控制因糖尿病引起的眼疾。

糖尿病視網膜病變有什麼病癥？

由於早期的糖尿病視網膜病變通常並無病癥，在病情未變得嚴重之前，視力可能不受影響。假如您有以下情況出現，便應該立即去見眼科醫生：

- 只有一隻眼視力改變
- 視力改變持續幾天以上
- 視力改變與血糖水平變動無關

您便應該最少每兩年一次接受散瞳檢驗或視網膜照相。

糖尿病患者的身體不能正常的消耗和儲存糖份。久而久之，糖尿病會損害在眼球背後負責感光的神經細胞層和幫助將影像傳送到大腦的視網膜內的血管。視網膜血管受損稱為糖尿病視網膜病變。視網膜的中央叫做黃斑或視網膜中央凹。

糖尿病視網膜病變有哪幾類型？

糖尿病視網膜病變分為兩種：非增殖性糖尿病視網膜病變

(nonproliferative diabetic retinopathy NPDR) 和增殖性糖尿病視網膜病變 (proliferative diabetic retinopathy PDR)。雖然兩種病變都可以引致顯著的視力損失，但一般認為非增殖性糖尿病視網膜病變是較輕微的。非增殖性糖尿病視網膜病變是早期的糖尿病視網膜病變。在這階段中，視網膜內的微細血管滲血或液體。滲出的液體引致視網膜腫脹或形成稱為分泌物 (exudates) 的沉積物。

很多糖尿病患者都有輕微的非增殖性糖尿病視網膜病變，通常不會影響他們的視力。視力受到影響都是因為黃斑水腫 (macular edema) 和 / 或黃斑缺血 (macular ischemia)。

黃斑是在視網膜中央的位置，作用是讓我們能把細微的物體看得清楚；黃斑水腫就是黃斑腫脹或變厚。腫脹是由於視網膜血管滲漏液體造成。這是糖尿病造成視力受損的最常見成因。視力受損的程度可以從輕微至嚴重；但就算是最壞的情況，週邊 (四周) 視野 [peripheral (side) vision] 的功能仍然可以維持。利用激光治療有助控制因黃斑水腫引起的視力受損。

當黃斑的細微血管(微絲血管)閉塞時就會出現黃斑缺血。由於黃斑得不到足夠的血液供應，無法正常運作，視力便會模糊。很不幸，目前尚無黃斑缺血的有效治療方法。

怎樣治療非增殖性糖尿病視網膜病變？

非增殖性糖尿病視網膜病變分為需要和不需要以激光治療兩類。無論是哪一類，最佳的治療和預防方法就是控制血糖。因為血管滲漏而有黃斑水腫的患者可能需要在視網膜進行激光治療。

增殖性糖尿病視網膜病變 (proliferative diabetic retinopathy PDR)

增殖性糖尿病視網膜病變是由於眼睛血管改變的一種糖尿病併發症。糖尿病患者的身體不能正常的消耗和儲存糖份。高血糖水平造成把血液輸送全身的靜脈、動脈和微絲血管的改變。這包括在眼球背後感光的神經細胞層 --- 視網膜內的微細血管。

在增殖性糖尿病視網膜病變中，視網膜的血管受到破壞以至閉塞。視網膜於是長出新的和脆弱的血管來。可是，這些新血管是不正常的，只生長在視網膜的表面，因此不能給視網膜補充血液。

有些時候，這些新血管滲漏，造成

玻璃體出血。玻璃體內是充滿凝膠狀的清晰物質，如果玻璃體內有血會阻擋光線接觸到視網膜。少量的血可以造成黑暗的懸浮物，而大量出血會阻擋視力，只能僅僅分辨光與暗。

新的血管也可以造成傷疤組織生長。傷疤組織萎縮、變縐、拉扯視網膜，而使視像變形。假如拉扯得厲害，黃斑會從正常的位置上剝落，造成視力損失。

怎樣治療增殖性糖尿病視網膜病變？

所有增殖性糖尿病視網膜病變患者都需要接受激光治療。激光手術可用以收縮不正常的血管和減低出血的風險。身體通常可以吸收玻璃體滲出血的血液，但可能需時幾天，幾個月，甚至幾年。假如在經過合理的時間後，仍未能清除玻璃體內的血，或者檢驗出視網膜剝落，可以進行一項稱為玻璃體切除 (vitrectomy) 的手術。在手術中，眼科手術醫生會移去血塊和引致出血的不正常血管。

增殖性糖尿病視網膜病變患者有時並沒有病癥，直至來不及治療。在視力有任何改變之前，視網膜已經受到嚴重損害。有大量證據顯示積極控制血糖可以減低產生增殖性糖尿病視網膜病變的機會。

由於增殖性糖尿病視網膜病變通常

沒有病癥，患上任何類型糖尿病的人應該定期接受由眼科醫生驗眼。

如何診斷糖尿病視網膜病變？

眼睛檢查或視網膜照相是找出眼睛內任何改變的唯一方法。如果眼科醫生發現病人有糖尿病視網膜病變，他或她會進行一項叫做眼底血管螢光造影 (Fluorescein Angiogram) 的測試來決定病人是否需要激光治療。測試是在手臂注射入顯影劑，然後給眼睛照相以查出液體滲漏的地方。

糖尿病患者如果能及早發現糖尿病視網膜病變是最佳預防失去視力的方法。持續嚴格控制血糖及定期接受眼科醫生檢查可以顯著地減低失去視力的風險。糖尿病患者應該最少每兩年接受一次檢查。有糖尿病的孕婦應該在第一個妊娠階段安排約診，因為在妊娠期間，視網膜病變可以惡化得很快。經診斷患上糖尿病視網膜病變之後，可能需要進行更頻密的眼睛檢查。