

# DME

Diabetični makularni edem (DME) je zaplet sladkorne bolezni in glavni **vzrok** slepote med odraslimi starimi od 20 do 74 let.



# O diabetični boleznii oči

## Kaj je diabetična retinopatija (DR)?

DR je okvara mrežnice, ki se pojavi pri osebah s sladkorno boleznijo. Mrežnica je tanek sloj na zadnjem delu očesa, ki zaznava svetlobo in nam omogoča, da vidimo jasno sliko. **DR nastopi, ko se zaradi sladkorne bolezni okvarijo krvne žile v mrežnici.**

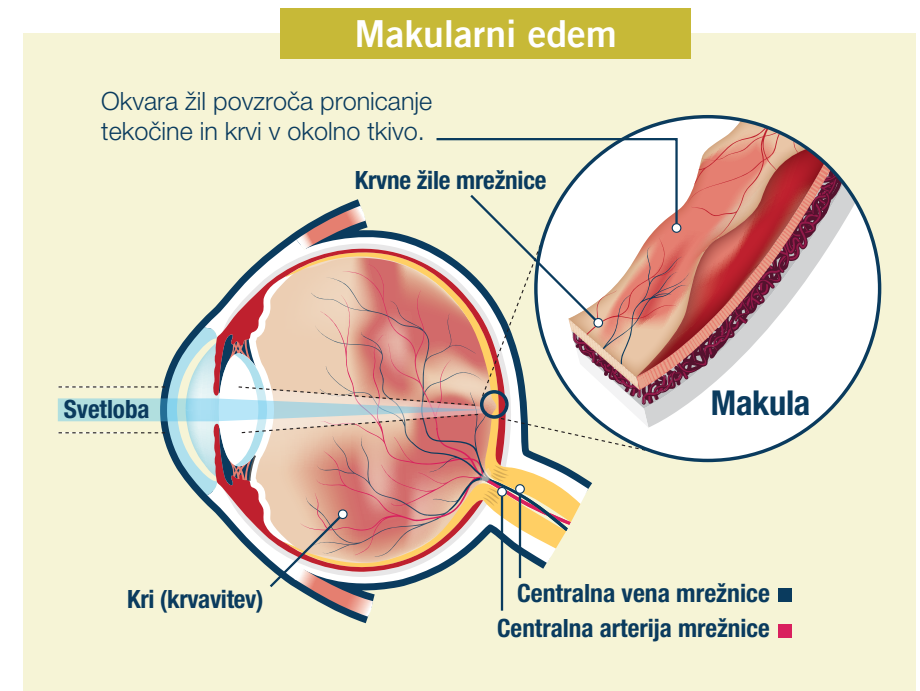
**Pri DR visoka raven glukoze v krvi poškoduje ali zamaši krvne žile v mrežnici, zato mrežnica ne dobi dovolj krvi oziroma kisika.**

**S pravočasnim zdravljenjem lahko upočasimo slabšanje vida. V nekaterih primerih lahko vid z zdravljenjem celo izboljšamo.**

## Kaj je DME?





Diabetični makularni edem (DME) je stanje, ki se lahko pojavi pri DR in je eden od najpogostejših vzrokov za okvaro vida pri ljudeh s sladkorno boleznijo.

Pri DME iz poškodovanih žil tekočina izteka v makulo, **mrežnica v makuli oteče oziroma se zadebeli.** Posledica otekline v makuli je meglen, nejasen vid. Če DME ne zdravimo, lahko pride do izrazitega poslabšanja vida ali celo trajne okvare vida.



# Kakšni so simptomi DME?

DME je lahko asimptomatski. Če je bolezen napredovala do stopnje, ko se pojavijo simptomi, so ti lahko naslednji:

-  Izpadi (temne lise) v vidnem polju,
-  popačen vid,
-  zamegljen vid,
-  barve so videti sprane ali obledele.

Ob simptomih, značilnih za diabetični makularni edem, pojdite na pregled k oftalmologu. Pravočasen pregled izboljša možnosti glede ohranitve vida.

**Posvetujte se s svojim družinskim zdravnikom glede napotnice.**

## Oglejte si, kakšen je vid pri DME

Normalen vid



Vid pri DME



**Če imate sladkorno bolezen, pojdite na očesni pregled vsaj enkrat letno, tudi če nimate nobenih težav z očmi.**

## Kateri so dejavniki tveganja za razvoj DME?

Diše kot imate sladkorno bolezen, več možnosti imate za razvoj DME. Dejavniki tveganja pri ljudeh s sladkorno boleznijo so:

- ✓ **Hiperglikemija** ali kronično visoka raven krvnega sladkorja: raven krvnega sladkorja ohranjajte čim bliže normalni vrednosti, da zakasnite ali celo preprečite razvoj DR in DME.
- ✓ **Dislipidemija** ali nenormalne ravni holesterola in trigliceridov.
- ✓ **Hipertenzija** ali povišan krvni tlak in škoda, ki jo ta povzroča organom.
- ✓ **Nefropatija** (bolezen ledvic), bolezen srca in ožilja ali srčne bolezni.
- ✓ **Kajenje cigaret** poveča tveganje za DR in DME.
- ✓ **Nosečnost** pri ženskah s sladkorno boleznijo: med nosečnostjo so potrebni dodatni pregledi očesnega ozadja.
- ✓ **Anemija.**
- ✓ **Spalna apneja.**
- ✓ **Uporaba glitazona.**
- ✓ **Genetika.**
- ✓ Pogosto uživanje **alkohola.**
- ✓ **Sedeč življenjski slog.**

## Kako lahko zmanjšate tveganje za razvoj DME-ja?

- ✓ **Redno opravljajte kontrole** dejavnikov, ki lahko prispevajo k razvoju DME, kontrolirajte krvni tlak in stanje oči.
- ✓ **Preverjajte ravni** krvnega sladkorja, krvnega tlaka in holesterola in njihove vrednosti ohranjajte v zdravem območju. Vedno upoštevajte navodila zdravnika in jemljite vsa zdravila, ki vam jih predpiše.

**Pri vsaki osebi s sladkorno boleznijo tipa 1 ali tipa 2 obstaja tveganje za razvoj diabetične retinopatije (DR) in diabetičnega makularnega edema (DME).** Zato je pri vseh osebah s sladkorno boleznijo zelo pomemben pregled očesnega ozadja vsaj enkrat letno.

V zgodnjih fazah razvoja DR in DME se redko pojavijo očesni simptomi, vendar pa lahko izguba vida nastopi zelo hitro.

**Pogovorite se z zdravnikom in hodite na redne preglede, če imate katerega od navedenih dejavnikov tveganja.**

# Kako zdravimo DME?

Na voljo je več načinov zdravljenja, ki upočasnijo slabšanje vida, v nekaterih primerih z zdravljenjem vid celo izboljšamo. Za dodatne informacije o zdravljenju DME vprašajte zdravnika.

Informacije v tej brošuri so zgolj splošne informacije za izobraževalne namene. Njihov namen ni nadomestiti nasveta in oskrbe vašega zdravnika niti niso namenjene postavljanju medicinske diagnoze ali zdravljenju. Če imate kakršnakoli vprašanja v zvezi s svojim zdravljenjem ali stanjem, se vedno posvetujte z zdravstvenim osebjem.

Besedilo je strokovno pregledala in dopolnila asist. dr. Mojca Urbančič.

