

コツコツ学ぼう！



かめ吉通信



生活習慣病キャラクター
「かめ吉」

第41回 令和5年12月号

～生活習慣病を予防しよう！～

令和4年度から糖尿病チームと腎臓病チームが毎月交互に発信しています！

糖尿病チーム

糖尿病と視力の関係 ～糖尿病網膜症～

5階東病棟

糖尿病に罹患すると、感染症にかかりやすくなったり、動脈硬化性の病気（脳梗塞や狭心症など）が起こりやすくなったりと、さまざまな合併症を発症する可能性があります。

特に、目が悪くなる「糖尿病網膜症」、腎臓が悪くなる「糖尿病腎症」、神経が悪くなる「糖尿病神経障害」は「三大合併症」と呼ばれ、糖尿病患者さんに特有のものです。

その中でも今回は、放置していると失明に至ることもある「糖尿病網膜症」について紹介します。

段階別糖尿病網膜症(初期→後期)

単純糖尿病網膜症

- たんぱく質や脂肪が血管から漏れ出て網膜にシミができる。
- 自覚症状はあまりない。
- 血糖値のコントロールが良くなれば改善することもある。

前増殖糖尿病網膜症

- 毛細血管がつまる。
- 自覚症状はあまりないが目のかすみを感じることもある。
- 網膜内の酸素が少なくなる。網膜は足りない酸素を補うため新しい血管を作る準備をする。

増殖糖尿病網膜症

- 網膜に新しい血管ができ、網膜の表面や、硝子体に向かって伸びる。
- 新しい血管は脆く、破れやすいため、硝子体出血や網膜剥離が起きやすい。
- 視界に黒い影が見える。視力が急激に低下する。

失明の可能性

眼科受診の目安

症状	受診目安
糖尿病で、網膜症はない	6か月～1年ごと
単純糖尿病網膜症	3か月～6か月ごと
前増殖糖尿病網膜症	1か月～2か月ごと
増殖糖尿病網膜症	2週間～1か月ごと



check!

糖尿病の方で、以下の症状がある場合は眼科を受診しましょう

- 視力が低下してきた
- 視界がぼやける
- 目前に黒い点が見える
- 視界に曇りが見える
- 視界がゆがんで見える



まとめ

糖尿病の方は失明のリスクが高い。
症状がなくても、定期的に眼科を受診しよう！

