

OHJE POTILAILLE, JOILLA ON DIABETEKSEN AIHEUTTAMA SILMÄSAIRAUUS ELI DIABEETTINEN RETINOPATIA

Diabetes voi aiheuttaa muutoksia, retinopatiaa, silmän verkkokalvolle eli retinalle. Alkuvaiheessa nämä muutokset eivät yleensä aiheuta oireita, vaan ne havaitaan joko silmälääkärin suorittamassa silmänpohjatutkimuksessa tai silmänpohjien valokuvauksessa. Hoitamattomana diabeettinen retinopatia voi johtaa näkökyvyn pysyvään heikkenemiseen. Tästä syystä **jokaisen diabetesta sairastavan säännöllinen silmänpohjien seuranta on tarpeen 1-3 vuoden välein tai tarvittaessa useammin**. Tyypin 1 diabetesta sairastavilla seuranta alkaa 10 vuoden iässä ja tyypin 2 diabetesta sairastavilla jo sairauden toteamisvaiheessa. Mikäli retinopatia todetaan ja hoidetaan riittävän varhaisessa vaiheessa, voidaan diabeteksen aiheuttama pysyvä näön heikkeneminen estää lähes kaikilla.

Yleistä silmänpohjamuutoksista

Pitkäaikainen korkea verensokeritaso eli hyperglykemia edistää silmänpohjamuutosten syntyä vaurioittamalla verkkokalvon verisuonia.

Alkuvaiheessa muutoksia ei voi itse havaita. Silmänpohjamuutokset näkyvät ensin hiusverisuonissa pullistumina eli mikroaneurysmina. Sairauden edetessä silmänpohjan verisuonista voi tihkua verta ja veren sisältämiä aineita, jotka näkyvät verkkokalvolla turvotuksena, verenvuotoina tai lipidikertyminä. Pitkäaikaisen hyperglykemian seurauksena verkkokalvolle aiheutuu hapenpuutetta, joka voi näkyä mikroinfarkteina ja uudisverisuonten kasvuna. Uudisverisuonet ovat rakenteeltaan hauraita ja voivat vuotaa verta silmän lasiaiseen.

Jos retinopatiamuutokset, erityisesti verkkokalvon alainen turvotus tai vuodot, sijaitsevat verkkokalvon keskeisellä alueella makulassa, voi näöntarkkuus heikentyä selvästi jopa muutaman päivän tai viikon aikana. Lasiaisverenvuodon potilas havaitsee nopeasti alentuneena näkökykynä ja nokisademaisena näköhäiriönä. Tavalliset toiminnot, kuten lukeminen, käsityöt tai liikunta, eivät vaikuta silmänpohjatilanteeseen haitallisesti.

Diabeteksen aiheuttaman silmänpohjasairauden hoito

- hyvä sokeritasapaino ja liitännäissairauksien, kuten verenpainetaudin, hoito
- tupakoinnin lopettaminen
- verkkokalvon laserhoito
- lasiaisinjektiot
- vaikeimmissa tapauksissa leikkaushoito (vitrektomia)

Laserhoito

Laserhoito on poliklinikalla annettavaa hoitoa, jolla pyritään parantamaan verkkokalvon hapensaantia sekä estämään verisuonten tihkumista ja turvotuksen



kehittymistä. Laserhoidolla voidaan useimmiten estää pysyvä näön menetys. Poliklinikkakäynti kestää yleensä 1-3 tuntia ja usein laserhoito toteutetaan 1-2 peräkkäisellä käynnillä. Mustuaisten laajentamisen takia et itse voi ajaa autoa hoidon jälkeen. Kotimatkan voi suorittaa yleisellä kulkuneuvolla, jollei muusta syystä erityiskulkuneuvon käyttö ole tarpeen. Pyydä tarvittaessa matkakorvaustodistus terveyskeskuksesta etukäteen.

Lasiasinjektiot

Lasiasinjektio on poliklinikkakäynnillä suoritettava lyhytkestoinen toimenpide, jossa paikallispuudutuksen jälkeen silmän lasiaiseen pistetään pieni määrä verisuonten kasvutekijän toimintaa estävää lääkeainetta, joka vähentää verisuonten tihkumista, haitallisten uudissuonten kasvua ja nopeuttaa myös uudissuonten aiheuttaman lasiasiverenvuodon kirkastumista. Hoito toteutetaan tavallisesti 1-3 pistoksen sarjahoitona 4-8 viikon välein; hoitava lääkäri arvioi tarvittavien pistosten määrän ja sopivan injektiovälin retinopatiatilanteen perusteella. Hoitojakson jälkeisellä kontrollikäynnillä lääkäri arvioi uudestaan mahdollisen hoidon tarpeen sekä tekee retinopatian seurantasuunnitelman.

Retinopatian seuranta

Rauhallisessa vaiheessa retinopatiamuutoksia voidaan seurata useimmissa tapauksissa pelkästään silmänpohjakuvien avulla. Kuvaseuranta voidaan toteuttaa terveyskeskuksen ohjelmoimana esimerkiksi OYS:n liikkuvassa tutkimusyksikössä Silmossa tai silmätautien poliklinikalla Medipoliksessa. Kokenut hoitaja seuloo kuvat ja tarvittaessa retinopatian hoitoon perehtynyt silmlääkäri arvioi hoidon tarpeen, jos kuvissa olevat muutokset ovat lisääntyneet. Tarvittaessa kuvan perusteella annetaan aika valokerroskuvausta (OCT), näöntarkkuuden tutkimista tai silmlääkärikäyntiä varten poliklinikalle.

