



# 糖尿病通信

—83—

糖尿病と上手にお付き合いするために

## 自分の身体を知ろう：目の検査を受けよう！

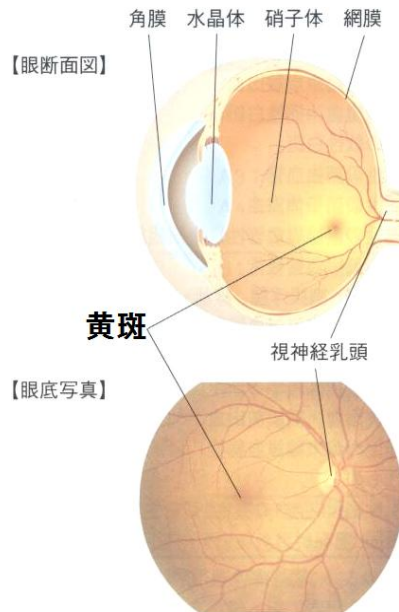
糖尿病の合併症として一番に上がるのは網膜症です。視力を失うことのないよう、予防が大切です。

### 1. 目を守ることはとても大切です。

失明に至らなくても、視力低下や視野の狭まりで、生活は不自由になります。転倒や認知症のリスクを高めま  
す。困ったことに、最初は自覚症状がありません。眼科を受診し、瞳を広げ、網膜の隅々までよく見てもらわなければ、初期のわずかな変化はわかりません。糖尿病と診断されたら、必ず定期的に眼科を受診しましょう。

### 2. 目の構造

網膜はカメラのフィルムにあたる部分です。その中でも、黄斑と呼ばれる中心の部分を中心に使っています。



光の明暗だけでなく、色彩を感じるのもこの部分です。網膜の血管はここを避けるように走っています。

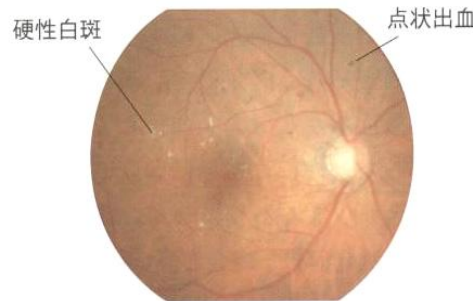
### 3. 網膜症の進行

網膜症は単純網膜症、増殖前網膜症、増殖網膜症と徐々に進行して行きます。

#### 単純網膜症

高血糖が長く続くと、網膜の血管に障害が起き、血行障害や網膜のむくみが起こります。白斑や点状出血、毛細血管にこぶができたりします。しかし、視力の中心である黄斑に問題がなければ自覚症状はありません。この段階では血糖を改善するだけで変化が消えてしまうこともあります。

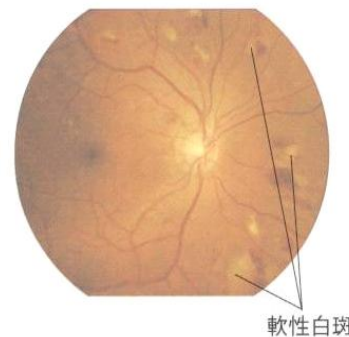
#### 〈病期分類：単純網膜症〉



#### 増殖前網膜症

血管が閉塞し、次第に血行不良の所が増えてきます。神経がむくんだり（軟性白斑）、静脈の拡張が起こったりします。この時期でも、まだほとんど無症状ですが、この時期にきちんと治療を開始することが大事です。

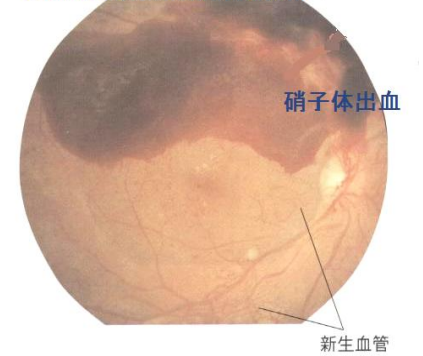
#### 〈病期分類：増殖前網膜症〉



#### 増殖網膜症

血行不足を補おうと、血管閉塞領域の周辺から新生血管が伸びてきます。硝子体のなかに入り込んだ血管は、簡単に破けて出血したり、網膜をひっぱりあげて、網膜剥離を起こしたりします。すると突然目が見えなくなるという大変なことになってしまいます。こうなると手術が必要になることもあり、元通りの視力回復は困難です。

#### 〈病期分類：増殖網膜症〉



### 4. 最近の話題、黄斑症

物を見るときに中心になる場所が、網膜の中でも黄斑と呼ばれる部分です。ここにむくみが出ると(黄斑浮腫)急に激しく視力が低下します。

#### 局所性黄斑浮腫



糖尿病による黄斑浮腫は、網膜症の初期から、進んだ状態まで、どの段階でも発症し、糖尿病患者さんの視力障害の原因として、もっとも多いものです。黄斑症にはその他に虚血性黄斑症、網膜色素上皮症があります。いずれも治療が難しく視力の回復も難しい場合が多々あります。次回、検査や治療法をご紹介します。

内科 柳澤 徳山