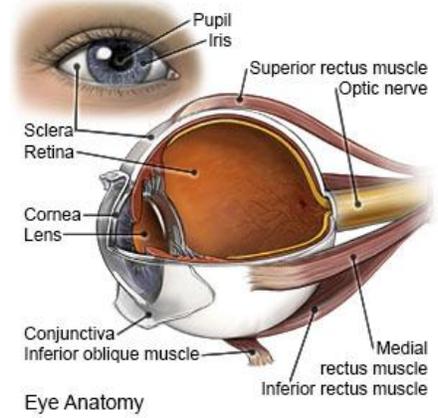


## डायबेटिक रेटिनोपैथी

### डायबेटिक रेटिनोपैथी क्या है?

लंबे समय तक उच्च रक्त शर्करा स्तर जो आंखों की चोट का कारण बनते हैं, इसे डायबेटिक रेटिनोपैथी कहलाते हैं। यह रेटिना में रक्त वाहिकाओं की दीवारों को कमजोर करता है और रक्तस्राव का कारण बनता है, जिससे आंखों में सूजन और दृष्टि संबंधी समस्याएं होती हैं। डायबेटिक रेटिनोपैथी से अंधापन हो सकता है।



### डायबेटिक रेटिनोपैथी के जोखिम को बढ़ाने वाले कारक?

- 5 साल से अधिक समय से मधुमेह होना
- खराब रक्त शर्करा का नियंत्रण
- उच्च रक्तचाप, उच्च कोलेस्ट्रॉल, गर्भावस्था या गुर्दे की बीमारी
- धूमपान, आंखों की सर्जरी या आंखों की अन्य समस्याएं
- मधुमेह संबंधी रेटिनोपैथी का पारिवारिक इतिहास

### डायबेटिक रेटिनोपैथी के लक्षण क्या हैं?

- धुंधली दृष्टि
- पर्दे या मकड़ी के जाले जैसी लाल या काली लहरदार रेखाओं का दिखना
- हल्की चमक या लाल, काले या भूरे रंग के तैरते धब्बे (फ्लोटर्स) दिखाई देते हैं
- दृष्टि खोना

### डायबेटिक रेटिनोपैथी का निदान कैसे किया जाता है?

- डायलेटेड इनडायरेक्ट नेत्र विज्ञान
- फ्लोरेसिन एंजियोग्राफी
- फंड फोटोग्राफी

### डायबेटिक रेटिनोपैथी का इलाज

- लेजर उपचार डायबेटिक रेटिनोपैथी को धीमा कर सकते हैं और अंधपन को रोक सकते हैं। यह उपचार नई रक्त वाहिकाओं को सिकुड़ने से रोकता है और उस क्षेत्र को सील कर देता है जहां रक्तस्राव होता है।
- एंटी-वैस्कुलर एंडोथेलियल ग्रोथ फैक्टर (एंटी-वीईजीएफ) उपचार सूजन को कम करने और दृष्टि में सुधार करने में मदद करता है। इस उपचार के दौरान, दवा को आंखों के शीशे में डाला जाता है।
- डायबेटिक रेटिनोपैथी के गंभीर रूप के लिए विट्रेक्टॉमी एक सर्जरी है।

### डायबेटिक रेटिनोपैथी को कैसे रोकें / नियंत्रित करें?

- ब्लड शुगर को नियंत्रित करें।
- साल में कम से कम 1 बार अपनी आंखों की जांच जरूर कराएं।
- निर्देशानुसार रक्तचाप की जाँच करें।
- नियमित रूप से व्यायाम करें।
- धूमपान न करें। निकोटिन आंखों में रक्त वाहिकाओं को नुकसान पहुंचा सकता है और मधुमेह को प्रबंधित करना अधिक कठिन बना सकता है।

Reference: Micromedex's Care Notes System Online 2.0