

# Diabetes

# Retinopatia

## OS SEUS OLHOS E OS DIABETES

A doença do olho diabético (RETINOPATIA) é cada vez mais uma preocupação para aqueles que vivem com diabetes. Se não se controla pode reduzir a visão ou mesmo causar cegueira.

## MAIS SOBRE A DOENÇA DO OLHO DIABÉTICO

Este folheto fala basicamente sobre a retinopatia diabética, o tipo mais comum da doença do olho diabético. Contudo, as pessoas com diabetes são vulneráveis a todos os tipos de problemas visuais. Os mais comuns são:

- Cataratas, uma opacidade na lente do olho (cristalino)
- Glaucoma, um aumento da pressão dentro do olho

Há também uma coisa chamada de Edema Macular Diabético que é uma complicação muito séria da retinopatia diabética. O edema macular diabético ocorre quando o fluido atinge o centro da retina (a mácula) e produz edema. Isto pode provocar imagem desfocada e perda de visão.

## RETINOPATIA DIABÉTICA

A retinopatia diabética é uma das três maiores complicações microvasculares diabéticas que afecta os vasos sanguíneos mais pequenos na parte do olho chamada retina. A retina está no interior do olho, é onde a imagem é formada quando olhamos para qualquer coisa. Funciona como um filme numa câmara.

Um número de factores aumenta o risco para a retinopatia diabética.

- Níveis de açúcar no sangue muito elevados. Manter os níveis de açúcar no sangue muito perto dos níveis de risco.
- Níveis da pressão sanguínea muito elevados. Manter os níveis da pressão sanguínea muito perto dos níveis de risco.

- Há quanto tempo tem diabetes? As alterações no olho aparecem com o passar do tempo.

## COMPLICAÇÕES MICROVASCULARES DIABÉTICAS

O termo complicações microvasculares diabéticas refere-se ao grupo de problemas de saúde com a mesma causa. Todos acontecem devido às alterações nos vasos sanguíneos de menor calibre. Estas alterações ocorrem com o tempo e a progressão é diferente em cada indivíduo. O nível de alteração está relacionado com o descontrolo do açúcar do sangue e com os níveis da pressão sanguínea. Fumar é um risco adicional.

As complicações microvasculares afectam os nervos (neuropatia diabética), a retina (retinopatia diabética) e os rins (nefropatia diabética).

Muita coisa pode ser feita para proteger os seus olhos. Algumas coisas estão nas suas mãos, outras nas do médico.

## O EXAME DE FUNDO DE OLHO

O exame de dilatação pupilar para exame de fundo de olho não é o mesmo que uma consulta para óculos. Este exame é feito por oftalmologistas. O médico que trata a sua diabetes encaminhá-lo-á para um oftalmologista.

Faça sempre este exame todos os anos. Se encontrarem problemas o exame tem de ser feito mais vezes. A retinopatia diabética normalmente não apresenta sintomas até as alterações serem bastante severas. Fazer um exame todos os anos permite diagnosticar os problemas mais cedo. O tratamento poderá parar os problemas neste estágio.

Para dilatar a pupila são colocadas umas gotas especiais. É criada uma grande “janela” para o médico olhar. Usando um instrumento com luz, o médico pode ver através da pupila dilatada toda a retina.

## TRATAMENTO PARA A RETINOPATIA DIABÉTICA

Quando a retinopatia diabética é descoberta, o seu especialista poderá sugerir trabalhar para melhorar o controlo dos seus níveis de açúcar e pressão sanguínea. Se a retinopatia é severa poderá ser recomendado

tratamento LASER\*. Durante o tratamento LASER uma fonte de luzes é enviada sobre os vasos sanguíneos danificados. Estas barragens fazem com que o problema não piore. O tratamento LASER é efectuado para impedir a progressão da retinopatia mas não restaura a perda ou a função retiniana danificada e futura progressão poderá ocorrer. É por isso que deve continuar a fazer um exame regularmente com o seu oftalmologista e manter os níveis de açúcar e pressão controlados.

Há uma grande esperança para o futuro. Investigações estão a ser feitas em novas terapias que poderão ajudar a reduzir a progressão da retinopatia diabética.

\* O tratamento Laser usado no tratamento da retinopatia diabética não é o mesmo que se usa no procedimento LASER LASIK na cirurgia de correcção visual.

## **QUANDO RECORRER AO OFTALMOLOGISTA**

Se a retinopatia diabéticas se torna severa poderá causar sérios sintomas. Se alguns deles ocorrer consulte o seu oftalmologista imediatamente. Ele poderá precisar de agir.

- Visão desfocada ou dupla
- Diminuição do campo de visão
- Manchas pretas no seu campo visual
- Pressão ou dor nos olhos
- Incapacidade de suportar a luz

Consultas

Cirurgias

Oftalmologia

Cataratas

Refracção

Miopia

Pediatria

Hipermetropia

Glaucoma

Astigmatismo

Retina – diabetes

Glaucoma

Contactologia

Retina

Oftalmologia

Refracção