

## 一、什麼是糖尿病視網膜病變

糖尿病患者由於長期血糖控制不良，導致改變全身血管的結構（尤其是微血管）眼球內出血、結疤、即所謂「糖尿病視網膜病變」。

## 二、糖尿病眼睛病變及合併症

1. 視力減退、扭曲甚至喪失。
2. 視網膜血管的傷害。
3. 白內障：水晶體的混濁。
4. 青光眼：眼內壓增高，可能會傷害視神經引起失明。
5. 合併症：黃斑部水腫、眼球內出血、視網膜剝離。

## 三、護理指導

1. 定期做眼底檢查：每年做一次眼底檢查，及早發現視網膜病變。若檢查發現有視網膜病變者，採取必要的治療後，再依醫師指示定期回診。

## 2. 控制血糖：遵照醫師指示嚴格控

制血糖，是預防糖尿病視網膜病變最基本的方法。

## 3. 控制血脂肪、血壓及戒菸：此三項亦是預防糖尿病視網膜病變，重要的方法。

## 四、眼部檢查建議

1. 第一型糖尿病患者於診斷5年內應接受至少1次散瞳視網膜檢查。

2. 第二型糖尿病被診斷時，即應接受散瞳視網膜檢查；若無視網膜病變則至少每年檢查1次。

## 五、自我檢查

眼睛需做視力和視野評估外，尚需注意日常生活中實際使用剩餘視力情形：

1. 如使用胰島素治療時，能否判讀注射筒上的數字？

## 2. 能否看清楚血糖機上的反應視窗

和滴入的小血滴？

3. 能否閱讀標準或較大字體的印刷品，配合使用或不需使用放大鏡？

## 六、注意事項：

1. 早期診斷、早期治療。
2. 視網膜檢查前40分鐘，須先點散瞳劑放大瞳孔；點藥後，眼睛在6小時內會有灼痛，怕光或視力模糊的現象，約6小時後即可恢復正常；回家後若有劇烈頭痛等現象，請立即就醫。



# 糖尿病視網膜病變護理指導

如對護理指導有問題請洽詢  
中山醫療社團法人中山醫院  
地址：臺北市仁愛路四段 112 巷 11 號  
電話：(02)2708-1166 轉 7378  
104.09 制、114.07 檢

現代醫療，傳統照顧