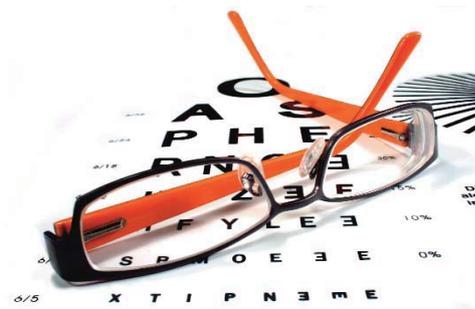


WAS HAT DIABETES MIT IHREN AUGEN ZU TUN?



LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

Diabetes mellitus kann Schäden an Ihrer Netzhaut im Auge hervorrufen. Ihr Arzt spricht dann von einer diabetischen Retinopathie oder einer diabetischen Makulopathie. Beides kann dazu führen, dass Sie schlechter sehen. Deshalb sind Vorbeugung und Behandlung sehr wichtig.

▶ RISIKOFAKTOREN UND WARNZEICHEN

Häufig spüren Sie die Veränderungen im Auge zunächst nicht. Eine Reihe von Einflüssen kann Netzhautschäden aber begünstigen (Risikofaktoren), und einige Zeichen können darauf hinweisen (Warnzeichen).

Ein erhöhtes Risiko für Ihre Augen besteht:

- wenn Ihre Diabeteserkrankung lange nicht erkannt wurde
- wenn Ihr Diabetes schlecht eingestellt ist
- wenn Sie zusätzlich zum Diabetes auch noch einen hohen Blutdruck haben

Gewarnt sollten Sie sein:

- wenn Sie Probleme beim Lesen bekommen
- wenn Sie verzerrt oder verschwommen sehen
- wenn Ihr Farbsinn gestört ist
- wenn vor Ihren Augen plötzlich so etwas wie „Rußregen“ auftritt

▶ WANN GEHEN SIE ZUM AUGENARZT?

Ein Besuch wird empfohlen:

- gleich nachdem Sie erfahren, dass Sie Diabetes haben
- einmal im Jahr, solange keine Schäden an der Netzhaut festgestellt werden
- in kürzeren Abständen, wenn Schäden an der Netzhaut vorhanden sind
- sofort, wenn Warnzeichen auftreten, zum Beispiel Sehverschlechterungen, Leseschwierigkeiten, Verschwommensehen oder „Rußregen“ vor den Augen

▶ UNTERSUCHUNGEN

Jede Untersuchung beginnt mit einer Befragung. Wenn Sie Ihren Gesundheits-Pass Diabetes dabei haben, kann der Augenarzt sich schnell ein Bild machen.

Bei der Untersuchung des Augenhintergrundes erweitert Ihr Augenarzt mit Augentropfen die Pupille, um Ihre Netzhaut besser untersuchen zu können.

In besonderen Fällen wird die Durchblutung des Augenhintergrundes mit einer speziellen Kamera untersucht. Dabei wird vorher ein Farbstoff in eine Vene gespritzt.

Ihre Sehschärfe prüft der Augenarzt mit Zeichen auf einer Lesetafel, die Sie aus einer festgelegten Entfernung laut vorlesen müssen.

Mit einem besonderen Mikroskop untersucht Ihr Augenarzt den vorderen Abschnitt Ihres Auges.

▶ Diabetes und Augen

▶ DIE BEHANDLUNG

Die Behandlung lässt sich in zwei Bereiche einteilen: Ihr Hausarzt oder Internist (Facharzt für Innere Medizin) behandelt Diabetes und Bluthochdruck. Ihr Augenarzt behandelt die Veränderungen im Auge.

Die Art der Behandlung am Auge hängt vom Erkrankungsstadium ab.

Wenn Ihr Blutzucker gut eingestellt ist, können geschädigte Stellen an der Netzhaut mit einem Laser bestrahlt werden.

Mit Hilfe einer Operation, der sogenannten Vitrektomie, können eventuell Blutungen und Wucherungen im Auge entfernt werden.

Mit besonderen Sehhilfen soll Ihre Lesefähigkeit erhalten werden.

Wenn Schäden an der Netzhaut neu aufgetreten sind, kann dies ein Hinweis dafür sein, dass noch weitere Gefäße in Ihrem Körper in Mitleidenschaft gezogen worden sind. Möglicherweise werden dann zusätzliche Untersuchungen veranlasst.

▶ WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

- Schulungen für Menschen mit Diabetes besuchen
- vereinbarte Untersuchungstermine bei Ihrem Augenarzt einhalten
- Ihren Blutzucker regelmäßig kontrollieren
- Ihre Erfahrungen mit anderen Betroffenen austauschen, zum Beispiel in einer Selbsthilfegruppe
- einen gesunden Lebensstil führen – zum Beispiel nicht rauchen, sich viel bewegen, auf Ernährung und Gewicht achten

Mehr dazu finden Sie in den Informationsblättern zum Thema Diabetes (siehe Kasten).

Sie können an einem strukturierten Behandlungsprogramm für Menschen mit Diabetes teilnehmen (kurz: DMP Diabetes). Ziel ist, dass Ihre Versorgung durch Haus- und Fachärzte aufeinander abgestimmt ist. Sprechen Sie Ihren Arzt auf dieses Programm an.

▶ MEHR INFORMATIONEN

Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und fasst die wichtigsten Punkte der PatientenLeitlinie „Netzhautkomplikationen bei Diabetes“ zusammen.

Weiterführende Links

PatientenLeitlinie „Netzhautkomplikationen bei Diabetes“:
www.versorgungsleitlinien.de/patienten

An der PatientenLeitlinie beteiligte Selbsthilfeorganisationen bzw. Kooperationspartner:
www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe, www.azq.de/pf

Weitere Informationsblätter zum Thema „Diabetes“: www.patinfo.org

Kontakt Selbsthilfe

Wo Sie eine Selbsthilfeorganisation in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie bei der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen): www.nakos.de, Tel.: 030 3101 8960

PatientenLeitlinien

PatientenLeitlinien übersetzen die Behandlungsempfehlungen ärztlicher Leitlinien in eine für Laien verständliche Sprache. Sie geben wichtige Hintergrundinformationen zu den Ursachen, Untersuchungs- und Behandlungsmethoden einer Erkrankung. Träger des Programms zur Entwicklung ärztlicher Leitlinien (sogenannter „Nationaler VersorgungsLeitlinien“) und der jeweiligen Patientenversionen sind die Bundesärztekammer (BÄK), die Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV) und die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF).

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)
Im Auftrag von: Kassenärztlicher Bundesvereinigung (KBV)
und Bundesärztekammer (BÄK)
Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555
E-Mail/Ansprechpartner: mail@patinfo.org
www.patinfo.org
www.aezq.de



Mit freundlicher Empfehlung