

糖尿病  
视网膜病变

更详细的了解  
**糖尿病  
视网膜病变**

Tomorrow's Eye Care, Today<sup>®</sup>



Singapore National  
Eye Centre  
SingHealth

# 糖尿病视网膜病变

## 什么是糖尿病视网膜病变？

糖尿病视网膜病变是糖尿病的并发症，也是当今导致青年和中年人失明的主要原因之一。视网膜是眼球后部一层很薄的感光组织，良好的视力必需要有健康的视网膜。高血糖会损伤视网膜的微小血管，引起糖尿病视网膜病变。

糖尿病视网膜病变通常影响双眼，患者早期没有自觉症状。随着疾病的发展，视网膜病变会恶化，导致患者视力下降。



正常人的视觉



糖尿病视网膜病变患者的视觉

## 糖尿病视网膜病变分为什么类型？

糖尿病以不同的方式影响视网膜的周边和中央部分。增生性和非增生性糖尿病视网膜病变可以影响视网膜的周边区域。

非增生性糖尿病视网膜病变也称为背景型糖尿病视网膜病变，是病变的早期阶段。在这个阶段，视网膜中的小血管受到影响并开始出血和渗漏。患者视力在此阶段通常不受到影响。

增生性糖尿病视网膜病变患者视力永久性失明的风险较高。异常的新生血管在视网膜上生长，这些新生血管容易破裂出血，导致患者视力丧失。接着瘢痕组织逐渐形成，可引起视网膜脱离。异常血管也会在虹膜上生长，阻碍眼睛内房水循环，引起新生血管性青光眼，继而使患者有视神经损伤和失明的风险。

## 哪些人会有糖尿病视网膜病变的风险?

所有的糖尿病患者都有发生糖尿病视网膜病变的风险，特别是患病时间很长的人。大多数患有糖尿病超过20年的患者会有某种程度的糖尿病视网膜病变。如果血糖控制差，患者会更早患上视网膜病变，其病变程度也会更严重。

糖尿病患者应该每年做一次扩瞳的全面眼科检查，或每年至少做一次视网膜病变的筛查。如果您患有糖尿病视网膜病变，眼科医生将推荐您接受治疗，有助于预防病变继续恶化。

## 糖尿病视网膜病变有什么症状?

糖尿病视网膜病变早期患者没有自觉症状，视力也没有受到影响。随着疾病的发展，患者的中心视力丧失，影响到阅读或开车，同时他们的色觉受损及出现轻微的视力模糊。

眼前出现小斑点或黑影的症状可能表示患者有血管渗漏，这些症状可能在几天、几周或几个月内消失。最严重的增生性糖尿病视网膜病变可能因为玻璃体出血或牵拉性视网膜脱离而导致患者突然发生严重的视力丧失。

由于该疾病开始无明显症状，并且可以早期治疗，患者每年接受眼睛检查是很重要的。如果您有这些症状，必需立即治疗。较晚期的诊断和治疗可导致患者不可逆转的失明。

## 糖尿病视网膜病变可以导致视力丧失吗？

是的。糖尿病视网膜病变引起血管受损，可以导致视力丧失。

脆弱的异常血管容易出血和渗漏，导致视力模糊。

糖尿病视网膜病变也可引起黄斑水肿。黄斑位于视网膜的中央部分，是视觉最敏锐的地方。当液体从血管渗漏到黄斑，引起黄斑部水肿，视力会变得模糊。

# 糖尿病视网膜病变

## 糖尿病视网膜病变可以预防吗？

您不能完全预防糖尿病视网膜病变的发生，但是该疾病如果可以早期发现和诊断，就可预防患者视力丧失。您可以每年接受至少一次的眼睛检查或糖尿病视网膜血管造影检查，有助于保护您的视力。

检查并严格控制血糖，有助减缓糖尿病视网膜病变的发展。糖化血红蛋白 (HbA1c) 反应三个月期间的血糖水平，应该是小于7%。

其他疾病如高血压、高胆固醇和心脏病应接受治疗和控制。您也要经常锻炼身体和戒烟，以降低发生糖尿病视网膜病变的风险。

## 糖尿病视网膜病变患者有必要接受治疗吗？

如果您患有严重的非增生性糖尿病视网膜病变或黄斑水肿，您有必要接受治疗。治疗的目的是防止视网膜进一步受损和视力进一步下降。

## 如何治疗糖尿病视网膜病变？

对大多数患者而言，激光治疗可以防止与糖尿病视网膜病变有关的视力下降。

治疗方法称为激光光凝，可以封闭或破坏视网膜上新生或渗漏的血管。

- **全视网膜光凝术 (PRP):** 这是用来治疗周边视网膜病变以防止或阻止异常新血管生长。
- **聚焦激光术:** 这是用来治疗黄斑水肿以减轻其肿胀。

每只眼睛一般需要接受两到三次全视网膜光凝术 (PRP) 治疗。在糖尿病视网膜病变得得到适当控制前，您需要在六至十二个月内定期接受治疗。

糖尿病黄斑水肿引起中心视力丧失的患者，可以通过玻璃体内注射药物，减少黄斑水肿和改善视力。玻璃体内注射治疗糖尿病黄斑水肿的药物包括抗血管内皮生长因子 (VEGF) 的药物如阿瓦斯汀注射剂 (Avastin)，兰尼单抗注射剂 (Lucentis) 和阿柏西普注射剂 (Eylea) 以及类固醇药物。

为了使黄斑水肿消失，多次注射的间隔时间必需是一个月或更长。为了维持视觉改善的效果，患者需要重复注射。

有些糖尿病视网膜病变的患者，视网膜的异常血管有可能大量出血，血液积聚在玻璃体中，引起视力突然严重受损。玻璃体切割术可用来清除玻璃体中的积血。

# 地图




## Legend


 MRT Station


 Taxi Stand

 East West Line

 North East Line

 Shuttle Bus Service  
Mon to Fri ( 8.00am - 7.00pm )  
Sat ( 8.00am - 2.00pm )

 Opp Outram Park Stn  
Bus No. 33, 63, 75, 121,  
122, 174, 174e, 851, 970

 Outram Park Stn Exit F  
Bus No. 61, 124, 143, 147,  
147e, 166, 197, 961, 961C

 Outram Park Stn/Outram Rd  
Bus No. 33, 63, 75, 121, 122, 174,  
174e, 534, 535, 549, 761, 851, 970

该病人信息小册子是眼科就医的普通指南，帮助病人了解各种眼睛疾病及其检查和治疗。该小册子并不能取代眼科医生的看诊和建议。如果您有任何眼睛疾病和疑虑，请咨询眼科医生。

如果没有新加坡全国眼科中心事先授权许可，该小册子内容不得以任何形式复制使用。

信息校正于印刷日期 (二零二零年三月)

新加坡全国眼科中心公司注册号码: 198900840W

## 新加坡全国眼科中心

第3医院道11号, 新加坡邮区168751

预约服务: (65) 6227 7266 传真: (65) 6226 1884

电邮: [appointments@s nec.com.sg](mailto:appointments@s nec.com.sg)

网址: [www.s nec.com.sg](http://www.s nec.com.sg)