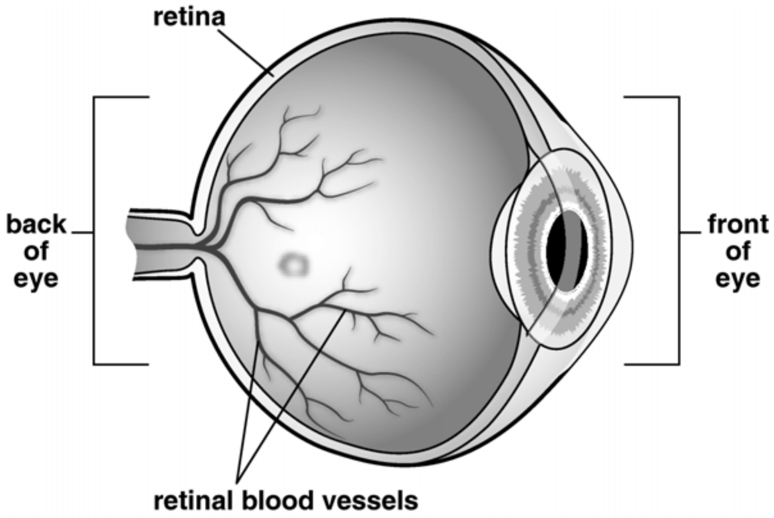
Diabetic Retinopathy

Diabetic retinopathy is an eye problem that can cause blindness. It occurs when high blood sugar damages small blood vessels in the back of the eye, called the retina. All people with diabetes are at risk for this problem. There are things you can do to reduce your risk and prevent or slow vision loss.



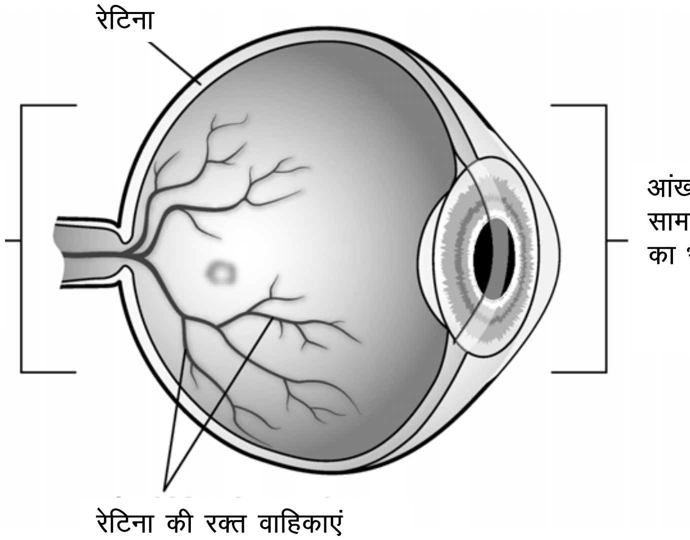
Diabetic retinopathy can affect both eyes. You may not have any signs at first. As it worsens, blood vessels weaken and leak blood and fluid. As new blood vessels grow they also leak causing blocks in your vision.

Signs of Diabetic Retinopathy

- Floating spots in your vision
- Blurred vision
- Blocked or hazy vision

डायबिटिक रेटिनोपैथी

डायबिटिक रेटिनोपैथी आंख की एक समस्या है जिसके कारण अंधापन हो सकता है। यह तब होता है जब उच्च रक्त शर्करा आंख के पृष्ठ भाग में यानी रेटिना पर स्थित छोटी रक्त वाहिनियों को क्षतिग्रस्त कर देती है। डायबिटीज़ वाले सभी लोगों में यह समस्या होने का जोखिम होता है। अपने जोखिम को कम करने और दृष्टि की खोने से बचने या इस प्रक्रिया को धीमा करने के लिए कुछ चीजें की जा सकती हैं।



डायबिटिक रेटिनोपैथी दोनों आंखों को प्रभावित कर सकती है। हो सकता है कि शुरुआत में आपको कोई लक्षण न दिखें । स्थिति के बिगड़ने के साथ, रक्त वाहिनियां कमजोर होती हैं और रक्त तथा द्रव का रिसाव करती हैं। नई रक्त वाहिनियों के बढ़ने पर वे भी रिसाव करती हैं और आपकी दृष्टि में बाधा उत्पन्न करते हैं।

डायबिटिक रेटिनोपैथी के लक्षण

- तैरते धब्बे नजर आना
- धुंधली दृष्टि
- अवरुद्ध या अस्पष्ट दृष्टि

Your Care

To help reduce your risk of vision loss:

- Keep your blood sugar levels well controlled. This is one of the best ways to protect your vision. Work with your doctor, nurse and dietitian.
- Keep your blood pressure and blood cholesterol levels normal. You may need to take medicine.
- Have an eye exam each year by an eye specialist that includes eye dilation. An eye exam can detect early changes before you have any signs.
- Call your doctor if you have any changes in your vision.

There is no cure for diabetic retinopathy, but laser treatment or surgery may be done to prevent or slow vision loss.

Talk to your doctor or nurse if you have any questions or concerns.

11/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center, and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.org**.

अपनी देखभाल

दृष्टि की हानि का जोखिम कम करने में मदद के लिए यह करें :

- अपनी रक्त शर्करा के स्तर को एकदम नियंत्रित रखें। यह अपनी दृष्टि बचाने के सबसे बढ़िया तरीकों में से एक है। अपने डॉक्टर, नर्स और आहार–विशेषज्ञ के साथ मिलकर काम करें।
- अपने रक्तचाप और रक्त में कोलेस्ट्रॉल के स्तरों को सामान्य बनाए रखें। आपको दवाई लेने की आवश्यकता हो सकती है।
- किसी नेत्र विशेषज्ञ द्वारा प्रत्येक वर्ष आंखों का परीक्षण कराएं जिसमें आंख का डायलेशन करना शामिल है। आंख का परीक्षण कराने से लक्षण नजर आने से पहले ही आरंभिक बदलावों का पता लग जाता है।
- यदि आपकी दृष्टि में कोई बदलाव आ रहे हों तो अपने डॉक्टर को फोन करें।

डायबिटिक रेटिनोपैथी का कोई उपचार नहीं है, लेकिन दृष्टि की हानि से बचने या इसे धीमा करने के लिए लेज़र उपचार या शल्यक्रिया की जा सकती है।

यदि आपके कोई सवाल या चिंताएं हों तो अपने डॉक्टर या नर्स से बात करें।

11/2007. Developed through a partnership of Mount Carmel Health, Ohio State University Medical Center, and OhioHealth, Columbus, Ohio. Available for use as a public service without copyright restrictions at **www.healthinfotranslations.org**.