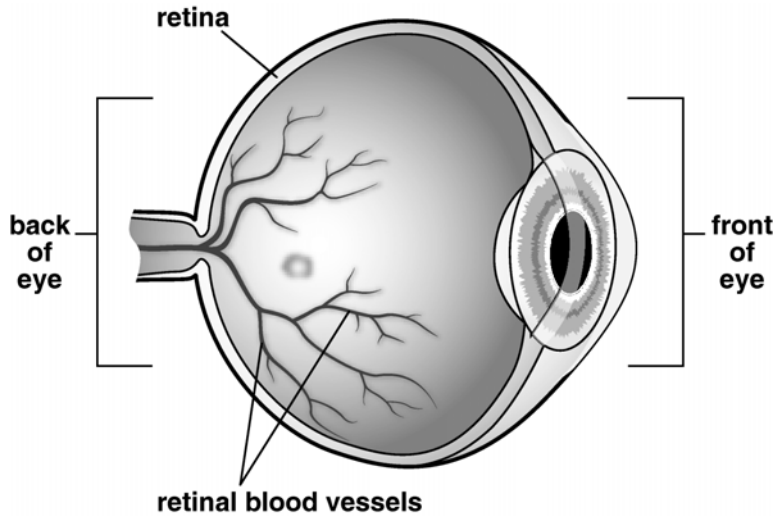


# Diabetic Retinopathy

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.



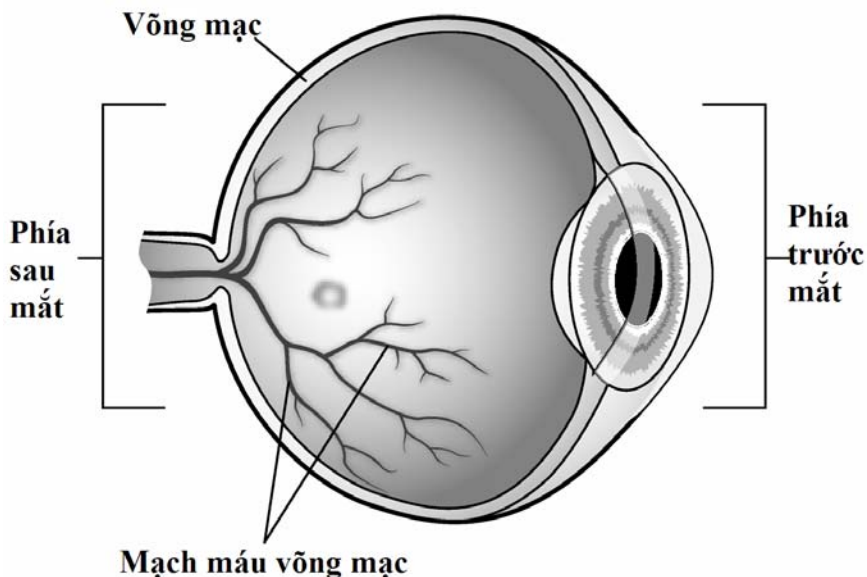
Diabetic retinopathy can affect both eyes. You may not have any signs at first. As it worsens, blood vessels weaken and leak blood and fluid. As new blood vessels grow they also leak causing blocks in your vision.

## Signs of Diabetic Retinopathy

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

# Bệnh Võng Mạc Do Tiểu Đường

Võng mạc do tiểu đường là bệnh mắt có vấn đề và có thể gây mù. Điều này xảy ra khi lượng đường trong máu cao làm hỏng các mạch máu nhỏ ở phía sau mắt, được gọi là võng mạc. Tất cả những ai bị tiểu đường đều có nguy cơ mắc phải vấn đề này. Quý vị có thể làm theo một số chỉ dẫn để giảm nguy cơ, ngăn ngừa hay làm chậm lại quá trình mất thị lực.



Võng mạc do tiểu đường ảnh hưởng đến cả hai mắt. Sẽ không có dấu hiệu nào báo trước. Chỉ khi bệnh nặng hơn, mạch máu yếu đi rồi chảy máu và dịch. Khi mạch máu mới phát triển thì cũng chảy nước khiến cho thị giác bị che lại.

## Dấu hiệu của bệnh võng mạc do tiểu đường

- Bị đom đóm mắt
- Mờ mắt
- Thị lực bị che và mờ

## **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.**

## **Cách chăm sóc**

Để giảm nguy cơ bị mù mắt thì phải:

- Kiểm soát tốt lượng đường trong máu. Đây là một trong những cách bảo vệ mắt tốt nhất. Bàn với bác sĩ, y tá và chuyên viên dinh dưỡng.
- Giữ huyết áp ổn định và lượng cholesterol trong máu bình thường. Quý vị cũng cần phải uống thuốc.
- Nên khám mắt mỗi năm với chuyên gia mắt kể cả làm giãn đồng tử. Khám mắt giúp phát hiện sớm những thay đổi trước khi có bất kỳ dấu hiệu nào.
- Gọi bác sĩ nếu có thay đổi thị lực.

Bệnh võng mạc do tiểu đường không thể chữa dứt, nhưng có thể điều trị bằng tia laze hay phẫu thuật để ngăn ngừa hay làm chậm lại quá trình mất thị lực.

**Bàn với bác sĩ hay y tá nếu quý vị có bất cứ câu hỏi hay thắc mắc nào.**

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](http://www.healthinfotranslations.org).

Diabetic Retinopathy. Vietnamese