

Word ook lid!



Diabetesvereniging Nederland (DVN) behartigt de belangen van mensen met diabetes. DVN biedt informatie en advies over diabetes en een gezonde leefstijl. Profiteer als lid van: deskundige hulp van de Diabeteslijn, korting op diabeteshulp-middelen en (zorg)verzekeringen, het magazine Diabc, activiteiten bij jou in de buurt en nog veel meer.

Bekijk alle voordelen op www.dvn.nl.
Word direct lid of bel 033 - 463 05 66.



20171241-11

Postadres
Postbus 470
3830 AM Leusden

Bezoekadres
Fokkerstraat 17
3833 LD Leusden

Telefoon
033 - 463 05 66
info@dvn.nl

Meer weten?

Meer informatie over complicaties vind je ook op www.dvn.nl. Neem voor vragen over diabetes contact op met de Diabeteslijn: info@dvn.nl of via **033 463 05 66**, op werkdagen van 9.00 tot 17.00 uur.

Met anderen praten over complicaties van diabetes en ervaringen uitwisselen?

Ga naar www.diabetestrefpunt.nl.



Ogen

Leven met diabetes



www.dvn.nl

Ogen

 **Diabetesvereniging
Nederland**

Als je diabetes hebt kun je te maken krijgen met complicaties, zoals oogproblemen. Gelukkig zijn niet alle klachten even ernstig. En ook niet iedereen krijgt er in ernstige mate last van. Je hoeft dus niet direct bang te zijn voor slechtziend- of blindheid. De meeste oogproblemen zijn op tijd op te sporen én te behandelen.

Ogen bestaan uit verschillende onderdelen: ooglenzen, iris, pupil, hoornvlies, netvlies en oogzenuwen. Diabetes kan op een of meerdere delen van het oog effect hebben. Problemen met het netvlies komen het meest voor. Dit heet diabetische retinopathie (=netvliesschade).

Diabetes kan de kleine bloedvatjes in het netvlies beschadigen en vernauwen. De bloedvatjes verzwakken en kunnen gaan lekken. Vochtophoping in het gedeelte waarmee je scherp ziet, verminderen het gezichtsvermogen. En door lekkende vaatjes krijgt het oog te weinig zuurstof. Als reactie hierop maakt het oog nieuwe bloedvatjes aan. Deze tere bloedvatjes kunnen voor het netvlies langs groeien, sneller kapot gaan en zorgen voor meer bloedingen. Dit kan zichtklachten geven en zonder behandeling tot slechtziendheid of blindheid leiden. Diabetes kan ook andere oogafwijkingen veroorzaken of versnellen: een troebele ooglenzen, verandering van de vorm van de ooglenzen, aantasting van het hoornvlies en beschadiging van de oogzenuwen.

Oorzaken

Of je last krijgt van retinopathie hangt voor een groot deel af van hoe je bloedglucosewaarden over het algemeen zijn geweest. Maar ook hoe lang

je al diabetes hebt, is van invloed. Als je andere complicaties hebt, met name nierproblemen, is de kans groter. Een hoge bloeddruk is ook slecht voor je ogen. Laat daarom regelmatig je bloeddruk controleren.

Effect van diabetes

Een goede instelling van je diabetes is dus heel belangrijk om netvliesafwijkingen te voorkomen. Een te hoge bloedglucosewaarde kan op den duur ernstige beschadigingen aan het netvlies veroorzaken. Maar een te hoge bloedglucosewaarde geeft ook op korte termijn (tijdelijke) klachten, zoals wazig of vlekkerig zien en ooginfecties. Een te lage bloedglucosewaarde kan zorgen voor onduidelijk of vlekkerig zien. Als je net diabetes hebt en je bent nog niet goed ingesteld, kan je brilsterkte veranderen. De klachten verdwijnen vaak als de bloedglucosewaarde (weer) goed is. Ook grote schommelingen in deze waarden kunnen ervoor zorgen dat je tijdelijk minder scherp ziet. Een bril aanmeten is dan in principe niet nodig.

Klachten

Klachten die je kunt krijgen zijn: minder scherp zien, minder goed kleuren kunnen zien, dubbel zien, waas voor de ogen, nachtblindheid, pijn aan de ogen, ogen minder goed kunnen bewegen, oogontstekingen, slechter kunnen zien en plotselinge slechtziendheid. Verder onderzoek is dan noodzakelijk. Het verraderlijke van retinopathie is dat je in het begin nauwelijks of geen klachten hebt. Pas als het ernstig mis is, merk je het duidelijk. Daarom is het belangrijk oogafwijkingen, hoe klein ook, zo vroeg mogelijk op te sporen. Regelmatige controle van de ogen is noodzakelijk. Bespreek met je behandelaar hoe vaak je in jouw situatie, je ogen moet laten controleren.

Controle

Het is goed de ogen regelmatig te laten controleren, met name het netvlies. Zijn er afwijkingen opgespoord dan zal de arts je ogen vaker willen laten controleren. Blijft het netvlies rustig, dan kan het wat minder vaak. Bijvoorbeeld een keer in de 2 of 3 jaar. Je arts kan dat voor je beoordelen. Bespreek de oogcontrole met je diabetesbehandelaar.

Tijdens de controle wordt het netvlies gefotografeerd. De foto's tonen eventuele afwijkingen die behandeld moeten worden. Soms wordt er met een lampje in je ogen gekeken en wordt er met oogdruppels gewerkt om het netvlies beter te kunnen bekijken. Daarna kun je een tot enkele uren niet scherp zien en mag je niet autorijden. Neem daarom iemand mee naar de oogcontrole. Het oogonderzoek is niet pijnlijk.

Behandeling

Beschadigingen van het netvlies kunnen worden verholpen door lekkende bloedvatjes met laser te behandelen. Van een laserbehandeling ga je niet beter zien, maar het voorkomt wel erger. Bij sommige klachten is een operatieve ingreep mogelijk. Problemen met het deel van het oog waarmee je scherp ziet, worden soms met ooginjecties behandeld. In het beginstadium zijn oogproblemen goed tegen te gaan. Maar het is beter ze te voorkomen. Goede bloedglucosewaarden en bloeddruk, een gezonde leefwijze, regelmatige controle en tijdige behandeling helpen oogproblemen voorkomen, vertragen of verminderen.



www.dvn.nl