Organization accredited by
Joint Commission International
Shroff eye®
Cataract • Retina • LASIK
Open your eyes...
...to a whole new world

डायबेटिक रेटिनोपैथी

डायबेट्स मेलिटस वह स्थिति होती है जिसमें शरीर की शक्कर इकट्ठा करने और उसके उपयोग करने की क्षमता बिगड़ जाती है। देश में बीते दो दशकों से डाइबिटीज या मधुमेह के मामले तेजी से बढ़े हैं। इस समय दुनिया में डाइबिटीज के सबसे ज्यादा रोगी भारत में हैं।

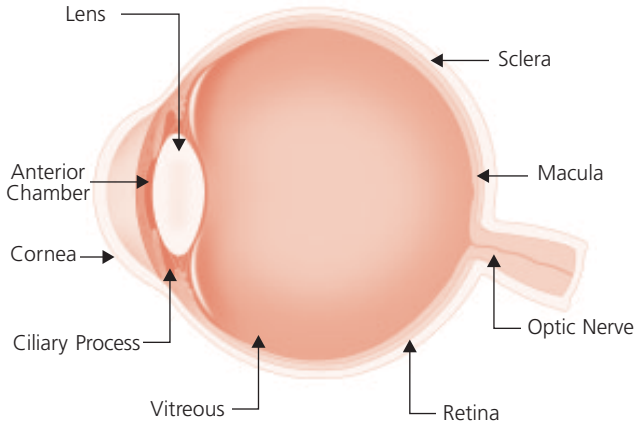
डाइबिटीज के रोगियों की बढ़ती संख्या और इसके परिणाम के लिए बदलती जीवन-शैली, बढ़ता शहरीकरण, ज्यादा कैलोरीवाला भोजन, शारीरिक क्रियाकलापों की कमी और तनाव जिम्मेदार है। चिंता का जो दूसरा कारण है, वह यह है कि शहरी आबादी में डाइबिटीज का रोग कम उम्र के लोगों को भी हो रहा है।

डाइबिटीज के कारण अंधे होने की दर २५ प्रतिशत, तो दिल का दौरा पड़ने की संभावना दो गुनी होती हैं। इसके अलावा Myocardial Infarction (वह स्थिति जिसमें दिल के हिस्सों को खून की उचित आपूर्ति नहीं हो पाती है), गुरदे की बीमारी ही नहीं बल्कि कभी-कभी तो शरीर के अंगों को काटने की नौबत भी आ जाती है।

सवाल. डाइबेटिक रेटिनोपैथी क्या है ?

जवाब. यह बीमारी की वह विकसित यानी बढ़ी हुई दशा है जिसमें रेटिना की रक्तवाहिनियां (खून ले जानेवाले नसें) क्षतिग्रस्त हो जाती है और उनसे द्रव पदार्थ या खून रिसने लगता है। आमतौर पर यह देखा गया है कि जिन लोगों को डाइबिटीज (मधुमेह) होती है उनमें से २५ प्रतिशत लोगों को १० साल के बाद यह परेशानी होनी शुरु हो जाती है। मधुमेह के ५० प्रतिशत रोगी ऐसे होते हैं जिनमें यह स्थिति २० साल के बाद आ जाती है। टाइप वन (कम उम्र में डाइबिटीज) डाइबिटीज वाले लोगों को रेटिनोपैथी युवा अवस्था में ही अपना शिकार बना लेती है। डाइबिटीज से प्रभावित लोगों में मोतियाबिंद या Glaucoma जैसी आंख की बीमारी भी ज्यादा देखी जाती है। जो लोग ब्लड शुगर या ब्लड प्रेशर को नियंत्रित करने में लापरवाही बरतते हैं, उनके अंधे होने का जोखिम बढ़ जाता है।

Anatomy of an Eye



सवाल. डाइबेटिक रेटिनोपैथी के लक्षण क्या हैं ?

सामान्य दृष्टि

डाइबेटिक रेटिनोपैथी

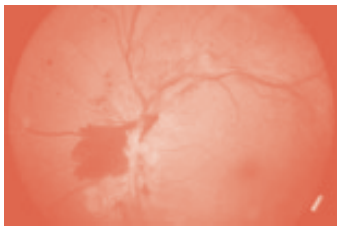
जवाब. डाइबेटिक रेटिनोपैथी की शुरुआत के कोई लक्षण नहीं होते है। धीरे-धीरे धुंधला दिखने लगता है। रेटिना के मध्य भाग (Macula) से द्रव रिसने लगता है। लंबे समय के बाद (प्रोलिफरेटिव स्टेज आने पर) डाइबेटिक रेटिनोपैथी के कारण ऑप्टिक नर्व या रेटिना की सतह पर नई और असामान्य रक्तवाहिनियां तैयार होनी शुरु हो जाती हैं। इन रक्तवाहिनियों की दीवारें बहुत कमजोर होती हैं। इसके कारण खून रिसकर विट्रीअस (आंख का वह हिस्सा जिसमें जेली जैसा द्रव रहता है) या रेटिना में आ जाता है। यही रक्त प्रकाश के प्रवेश करने के रास्ते में रुकावट खड़ी करता है, जिससे दिखना बंद हो जाता है।

सवाल. डाइबेटिक रेटिनोपैथी की पहचान कैसे की जाती है ?

जवाब. डाइबेटिक रेटिनोपैथी की पहचान के लिए आंखों की संपूर्ण जांच की जरूरत होती है। आंख की पुतलियों को फैलाने के बाद Indirect Ophthalmoscope यंत्र के जरिये आंख के रेटिना की जांच की जाती है। अगर डाइबेटिक रेटिनोपैथी पाई जाती है तो एक विशेष प्रकार की जांच Fluorescein Angiography (FFA), की जाती है। इसके तहत शिराओं में द्रव डालकर रेटिना की तसवीरें ली जाती हैं।

सवाल. डाइबेटिक रेटिनोपैथी का इलाज कैसे किया जाता है ?

जवाब. शुरूआती स्थिति में केवल नियमित देखरेख जरूरी होती है। बीमारी बढ़ने पर शुरु की स्थिति में रेटिनोपैथी से होनेवाले



Bleeding from damaged blood vessels

नुकसान को नियंत्रित करने के साथ ही नजर को बेहतर बनाने की जरूरत होती है। लेजर लाईट की एक ताकतवर किरण को क्षतिग्रस्त रेटिना पर केंद्रित कर रिसनेवाली रक्तवाहिनियों को सील किया जाता है। इसके साथ ही असामान्य रूप से बढ़रही रक्तवाहिनियों (Neovascularisation Growth) का बढ़ना भी बंद किया जाता है। Vitrectomy – जब रेटिनोपैथी बहुत ज्यादा बढ़जाती है तो सूक्ष्म शल्य चिकित्सा (Microsurgical Procedure) विधि की सहायता ली जाती है, जिसे Vitrectomy कहा जाता है। आंख के सफेद भाग पर जमा खून को साफ कर हटाया जाता है जिससे पहले की तरह देखने में मदद मिलती है। इसके बाद Vitrectomy Surgery के जरिये रेटिना को पहलेवाली स्थिति में लाया जाता है ।

सवाल. डाइबिटीज में अंधत्व की स्थिति से कैसे बचा जा सकता है ?

जवाब. डाइबेटिक रेटिनोपैथी का जल्दी पता लगना और समय से लेजर उपचार कराना अंधेपन से बचने का सबसे बढ़िया तरीका है। डाइबिटीज के रोगियों को नियमित तौर पर अपनी आंखों का परीक्षण करवाते रहना चाहिए। डाइबेटिक रेटिनोपैथी से होनेवाले नुकसान से बचाव के तरीके तैयार किए गए हैं। इनमें नियमित की जानेवाली देखरेख शामिल है। इसके अलावा अपने ब्लड प्रेशर को भी काबू में रखना चाहिए। नियमित एक्सरसाइज के साथ ही पोषक आहार के जरिये दोनों को काबू में रखा जा सकता है।

डाइबेटिक रेटिनोपैथी के उपचार की योजना -

डाइबेटिक रेटिनोपैथी में ऐसी स्थिति भी आ सकती है जब प्रभावित व्यक्ति में देखने की क्षमता चली जाए। इसके उपचार का लक्ष्य विशेष रूप से देखने की क्षमता को बरकरार बनाए रखना है।

१. डाइबिटीज में नियमित देखरेख की जरूरत होती है क्योंकि लापरवाही या देखरेख में कमी के कारण ऐसी स्थिति भी आ सकती है कि आंखों की रोशनी चली जाए।

२. स्थिति बेहतर होने का कारण कई सारी चीजों पर निर्भर होता है। इसलिए जरूरी है कि समय समय पर आंखों की स्थिति पर विचार किया जाए, उसकी समीक्षा की जाए। चाहे आंखों का उपचार ही क्यों न किया गया हो।

३. रोगियों की हमारे डाइबिटीज और रेटिना विशेषज्ञों द्वारा विशेष देखरेख की जाती है।

४. हर मुलाकात के दौरान हम आपकी नजर की जांच और आंख के अंदर के द्रव पदार्थ के दबाव की जांच करते हैं। फिर Slit-lamp Bio-microscopy करते है। इसके साथ ही आंखों की पुतलियों को फैलाकर Indirect Ophthalmoscope के जरिये आंख की विस्तृत रूप से जांच करते हैं। एडवांस विजुपैक सिस्टम के जरिये हम आंख की स्थिति की तसवीरों का रिकॉर्ड रखते है ताकि हर मुलाकात के दौरान उनका तुलनात्मक अध्ययन किया जा सके। इनके अलावा हम उन सभी चीजों पर ध्यान देते है जिनसे आपकी आंखों की स्थिति बेहतर होती है। जैसे आहार, खून में शक्कर की मात्रा, एक्सरसाइज, ब्लड प्रेशर आदि।

५. जरूरत पड़ने पर हम Fluorescein Angiography, Photo Coagulation और अल्ट्रासोनोग्राफी जैसी विशेष तकनीकों का इस्तेमाल भी करते हैं।

डाइबिटीज से प्रभावित सभी लोगों को आंखों की पुतलियों को फैलाकर नियमित तौर पर आंखों का परीक्षण करवाना चाहिए। किशोर उम्र के, १२ साल की उम्र के बाद के, डाइबिटीज प्रभावितों को साल में कम-से-कम एक बार अपनी आंखों का परीक्षण करवाना चाहिए। परिपक्वउम्र से पहले डाइबेटिक रेटिनोपैथी का होना दुर्लभ होता है। ज्यादा उम्र होने पर जिन्हें डाइबिटीज है उन्हें रोग की पहचान होने पर एक बार और बाद में हर छह महीने से एक साल में आंखों की जांच करवानी चाहिए। अगर डाइबेटिक रेटिनोपैथी का पता चले तो उन्हें अपने नेत्र चिकित्सक की सलाहॉके मुताबिक आंखों की जांच करवानी चाहिए।

यह सूचना - पत्रिका रोगियों के लिए सामान्य जानकारी हेतु है ।

''डाइबिटीज का ध्यान नहीं रखने पर आपकी आंखें जा सकती हैं।''
Shroff Eye Opener® # 16
डाइबिटीज अंधेपन का प्रमुख कारण है।

श्रॉफ आई हॉस्पिटल भारत का पहला ऐसा अस्पताल है जिसे जॉइंट कमीशन इंटरनेशनल (JCI), अमेरिका द्वारा रोगियों की श्रेष्ठ देखरेख और स्वास्थ्य सेवाएं देने के लिए मान्यता मिली है ।

Shroff Eye Clinic
Gobind Mahal, 86-B Netaji Subhash Road
Marine Drive, Mumbai 400 002. India
Tel: (+91-22) 22814077 / 22029242
Fax: (+91-22) 2281 2751

Shroff Eye Hospital • Vision Research Centre
222 S. V. Road, old Bandra Talkies
Bandra (West), Mumbai 400 050. India
Tel: (+91-22) 6692 1000 / 26431006
Fax: (+91-22) 6694 9880

E-mail: info@shroffeye.org
www.shroffeye.org
www.lasikindia.in
www.pathologylabindia.com
Eye Helpline: +91 98211 63901
Lab Tests Helpline: +91 98211 41024