

## ડાયાબિટિક રેટિનોપથી

ડાયાબિટિસની અસર આંખો પર થાય. જે લોકોને ડાયાબિટિસ છે, તેની આંખની રોશની પ્રભાવિત થવાની આશંકા સામાન્ય લોકોની સરખામણીએ બે ગણી વધુ રહે છે. તેમાં સૌથી સામાન્ય છે ડાયાબિટિક રેટિનોપથી. જે લોકોને ડાયાબિટિસ હોય છે તેમને દસ વર્ષમાં ૨૫ ટકાને આ પ્રકારની મુશ્કેલી આવે છે. ૫૦ ટકા લોકોને આ સમસ્યા ૩૦ વર્ષમાં જોવા મળે છે. આ બીમારીમાં રેટિનાની લોહીની નસો નાશ પામે છે અને તેમાંથી લોહી ઝરવા લાગે છે. પરિણામે રેટિનામાં નુકશાન થાય છે. ટૂંકમાં અનિયંત્રિત ડાયાબિટિસ એટલે આંખો માટે ગંભીર જોખમ.

### ડાયાબિટિક રેટિનોપથીના લક્ષણ

પ્રારંભમાં ડાયાબિટિક રેટિનોપથીના કોઈ લક્ષણ દેખાતા નથી. જો રેટિનાના વચ્ચે કે મેક્યુલામાંથી કોઈ પ્રવાહી લીક થાય છે તો દૃષ્ટિ ઝાંખી પડી શકે છે. રેટિનાની સપાટી અને નેત્રપટલની નસો પર અસામાન્ય નવી નસો બનવા લાગે છે. અને નેત્રપટલ ને કાયમી નુકસાન થાય છે. આથી દૃષ્ટિ ઝાંખી પડવાની રાહ જોવા કરતા નિયમિત દર વર્ષે આંખની તપાસ કરાવવી જરૂરી છે.

### ડાયાબિટિક રેટિનોપથીનાં બે પ્રકાર હોય છે.

- જે વિસ્તરી નથી (**Early Stage**) :- આ બિમારીની પ્રારંભિક અવસ્થા છે. તેમાં રેટિનાની નાની લોહીની નસોને વધુ નુકશાન થાય છે અને એને લોહી તથા પ્રવાહી ઝરે છે. આ કારણે રેટિનામાં સોજો આવી શકે છે કે પછી તેમાં ક્ષાર જામી જાય છે. ડાયાબિટિક રેટિનોપથીના ૮૦ ટકા કેસમાં આવી સમસ્યા આવે છે.
- જે વિસ્તરે છે (**Early Stage**) :- આ બીમારી આગળ વધી જવાની સ્થિતિ છે. અસામાન્ય નવી હોલીની નસો રેટિનાની આજુબાજુમાં બનવા લાગે છે. ઘણી વખત તેમાંથી લોહી આવી જાય છે. ક્યારેક રેટિનાની જેલીમાં લોહી આવી જાય છે. જેના કારણે રેટિનાને કાયમી નુકસાન થાય છે અને કેટાલક કિસ્સામાં દૃષ્ટિ જતી રહે છે.

### ડાયાબિટિસથી થતી અન્ય સમસ્યાઓ :-

**મેક્યુલોપોથી :-** પ્રવાહી જ્યારે લીક થાય છે ત્યારે તે રેટિનાની વચ્ચે મેક્યુલા પર આવવા લાગે છે. અભ્યાસ જણાવે છે કે દેશમાં છેલ્લા ૧૦ વર્ષમાં ડાયાબિટિક રેટિનોપથીના કેસમાં ત્રણ ગણો વધારો નોંધાયો છે.

**મોતિયો :-** ડાયાબિટાસના દર્દીઓને યુવાન વયે જ આ સમસ્યા થઈ શકે છે.

**લકવો :-** ડાયાબિટસને કારણે આંખોમાં લકવો થવાની પણ આશંકા રહે છે.

કેમ કે નસમાં લોહીનો પુરવઠો યોગ્ય રહેતો નથી.

### નિયમિત આંખોની તપાસ

ડાયાબિટિસના બધા દર્દીઓએ આંખની નિયમિત તપાસ કરાવતા રહેવું જરૂરી છે. જો તમને ડાયાબિટિસ અથવા લોહીનું ઉચું દબાણ હોય તો તમારે દર ૬ મહીને આંખની તપાસ કરાવવી જોઈએ. રેટિનાની તપાસ કરવા માટે 'ઈન્ડાયરેક્ટ ઓપ્થેલમોસ્કોપ'નો ઉપયોગ થાય છે. જો કોઈ તકલીફ જણાય તો ફ્લોરીસીન એન્જિયોગ્રાફી કરવામાં આવે છે. તેમાં ખબર પડે છે કે લેઝરથી ઈલાજ કરવાની જરૂર ક્યાં-ક્યાં છે.

### લેઝર ઉપચાર

લેઝર ફોટોકોગ્યુલેશનમાં લેઝર કિરણની એક શક્તિશાળી બીમ પ્રભાવિત રેટિના પર નાંખવામાં આવે છે. જે રેટિના પર રહેલી લોહીની નસોનું

લિકેજ બંધ કરે છે અને અસામાન્ય લોહીની નસો બનવાનું બંધ થાય છે. જો ડાયાબિટિક રેટિનોપથી એડવાન્સ સ્ટેજમાં હોય તો તેનું માઈક્રો સર્જિકલ ઓપરેશન કરવામાં આવે છે, જેને વિટ્રેક્ટોમી કહેવાય છે.

### આધુનિક સારવાર

#### એન્ટી-વીઈજીએફ ઈન્ફેક્શન

મેક્યુલર ઈડીમાં માટે ઈન્જેક્શનથી ઈલાજ કરાય છે કેટલાક કિસ્સામાં લેઝરથી પણ ઈલાજ યોગ્ય રહે છે. રેટિનોપથીની શોધ જણાવે છે કે જે કિસ્સામાં વિઈજીએફ અને લેઝર બંનેથી ઈલાજ કરાયો છે દૃષ્ટિમાં તાત્કાલિક ફાયદો થયો છે. રેટિનોપથી નિવારવા આટલું કરો : નિયમિત વ્યાયામ, યોગ્ય આહાર તથા નિયમિત દવાઓની સારવાર વડે તમારા ડાયાબિટીસને યુસ્ત નિયંત્રણમાં રાખો. આહારમાં લીલા શાકભાજી, વિટામીન-એ થી ભરપૂર ગાજર, વિટામીન-સી વાળા ફળો વધુ લેવા. નિયમિત દર વર્ષે આંખોની તપાસ કરાવવી.


#### પ્રીવેન્ટીવ આંખોની તપાસ :

- યશમાના નંબરની તપાસ (Computerized)
- મોતિયો (Cataract)ની તપાસ
- ડાયાબિટિક રેટિનોપેથીની તપાસ
- હાયપરટેન્સીવ રેટિનોપેથીની તપાસ
- ઝામર (Glucoma)ની તપાસ
- અન્ય આંખોની સમસ્યાઓની જનરલ તપાસ

આલોખન :- ડૉ. હેમ દેસાઈ  
MS (Ophthal)

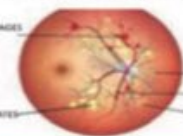
## Your Eyes... Windows To Your Health !

**Have Regular Check Up**



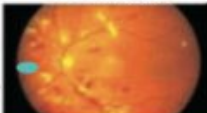
**Normal Eye Ball**

Labels: Sclera, Iris, Pupil, Cornea, Lens, Retina, Optic nerve.



**Diabetic Retinopathy**

Labels: HEMORRHAGE, HARD EXUDATES, ANEURYSM, 'COTTON WOOL' SPOTS.



**Hypertension Retinopathy**

Labels: ABNORMAL GROWTH OF BLOOD VESSELS, ANEURYSM, 'COTTON WOOL' SPOTS.

Preventive Eye care "Tight Control of Diabetes & Blood Pressure" Balanced Diet "Avoid direct sunlight" Prevent eye injury "regular Eye Check up.

**Serving the Society**

૨૪ જાન્યુઆરી ૨૦૧૯ (કેબલ નંબર ૩૫૧૧૬)

**ધરનો આંખો બંધ કરતી વખતે વાવોલની યુવતિની આંખની નીચે જ લાકડાનો ટુકડો ઘુસી ગયો**

અંધારના પુખ્ત... યુવતિની આંખની નીચે જ લાકડાનો ટુકડો ઘુસી ગયો... ડોક્ટર હેમ દેસાઈ અને મેઘા પટેલે આંખને સારું કરી આંખ બચાવી લીધી.




**કરવું ખુબ જ મુશ્કેલ અને જોખમકારક હતું પરંતુ ગાંધીનગર સિવિલના આખ વિભાગના ડોક્ટર હેમ દેસાઈ, મેઘા પટેલ અને ડૉ વેલમ્મણી દ્વારા આ મનુષ્યના આંખોને સારું કરવામાં આવ્યું.**

## Cardio Uno

૪૮, ચૈતન્યનગર, સરદાર પટેલ સ્ટેડિયમની સામે,  
પેટ્રોલપંપની બાજુમાં, પો.ઓ. નવજીવન, અમદાવાદ-૩૮૦૦૧૪.  
ફોન - (૦૭૯) ૨૬૪૦૪૦૩૯, (૦૭૯) ૪૦૩૦૭૩૨૮