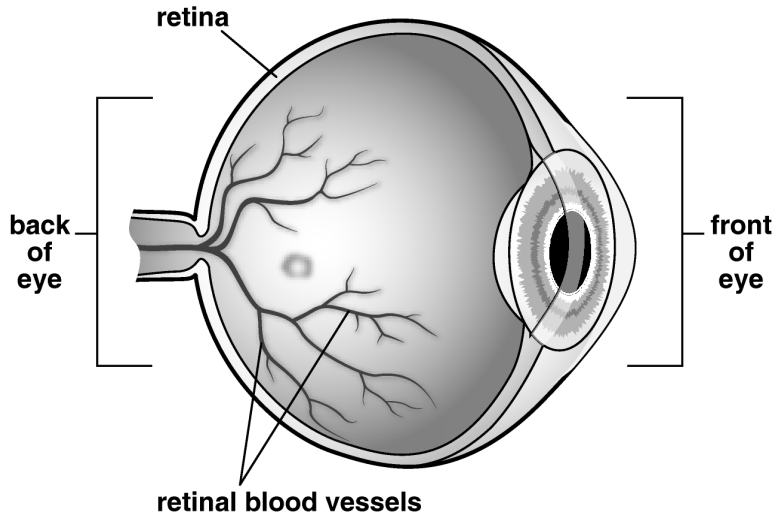


# Diabetic Retinopathy

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.

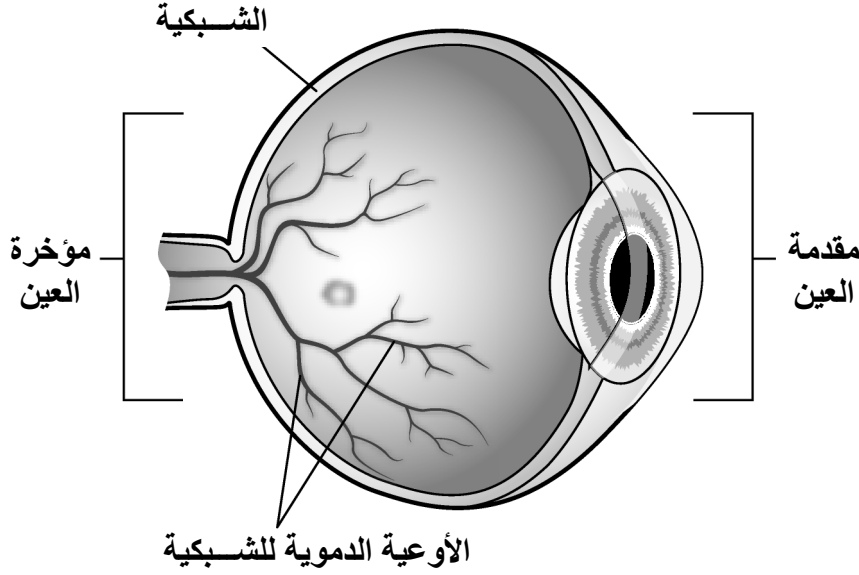


Diabetic retinopathy can affect both eyes. You may not have any signs at first. As it worsens, blood vessels weaken and leak blood and fluid. As new blood vessels grow they also leak causing blocks in your vision.

## Signs of Diabetic Retinopathy

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

# اعتلال الشبكية السكري



اعتلال الشبكية السكري هو مشكلة تحدث بالعين وقد تؤدي إلى الإصابة بالعمى. وتحدث عندما تؤدي نسبة السكر العالية في الدم إلى إصابة الأوعية الدموية الموجودة بخلفية العين والتي تسمى بالشبكية. يعتبر كافة الأشخاص المصابين بالبول السكري عرضة لهذه المشكلة. توجد أشياء يمكن إجرائها لتقليل المخاطر ومنع الفقد البطيء للقدرة على الإبصار.

يمكن أن يؤثر اعتلال الشبكية السكري على العينين. قد لا تشعر بأية أعراض في البداية. ومما يجعل الأمر أسوأ هو نزيف الدم الذي يحدث نتيجة لضعف الأوعية الدموية. يؤدي ذلك إلى نمو أوعية دموية جديدة ولكنها مثقوبة وتكون سبباً في وجود عوائق في الإبصار.

## أعراض اعتلال الشبكية السكري

- مشاهدة نقاط عائمة
- تغير الرؤية
- إبصار معوق أو مضطرب

## **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.**

## الاعتناء بصحتك

للمساعدة على تقليل مخاطر فقدان البصر:

- تحكم في نسب مستويات السكر في الدم جيداً. هذه من أفضل الطرق لحماية بصرك. تعامل مع طبيبك وممرضتك ومختص التغذية.
- ابق مستوى ضغط الدم ومستوى الكوليسترول طبيعي. قد يلزمك تعاطي أدوية.
- افحص عينيك كل سنة بواسطة متخصص عيون. يمكن أن يؤثر اختبار العين إلى كشف أي تغييرات قبل ظهور أي أعراض.
- اتصل بطبيبك إذا شعرت بأي تغيير في قدرتك على الإبصار.

لا يوجد علاج لاعتلال الشبكية السكري، ولكن قد يتم إجراء علاج بالليزر أو عمليات جراحية لتجنب فقدان البصر أو جعله بطيئاً.

تحدثني إلى طبيبك أو ممرضتك إذا كان لديك أية استفسارات أو تساؤلاتتحدثني إلى طبيبك أو ممرضتك إذا كان لديك أي تساؤلات أو استفسارات.