



防糖尿上眼 首要控制病情

糖尿病可影響不同器官的運作，引致多種併發症，而糖尿病視網膜病變就是常見的併發症之一。此症可導致視力受損，甚至失明。發病後即使接受治療，已損失的視力大多無法復元。所以，糖尿病人必須定期驗眼及控制好病情，以預防視網膜病變。

糖尿病視網膜病變即俗稱的「糖尿上眼」，患有一型糖尿及二型糖尿的病人均有可能出現此併發症，患者雙眼的視力通常會同時受影響。一型糖尿的病人出現嚴重視網膜病變的風險比二型糖尿患者為高，據統計，以患病20年計算，99%的一型糖尿病人都有相當程度的視網膜病變，而二型糖尿病人的比率則為60%。

血糖控制影響病變速度
患上糖尿病的時間愈

長，出現視網膜病變的風險就愈高。由於一型糖尿病人多在30歲前便發覺患病，病發初期視網膜病變一般不會即時出現，所以他們未必需要立刻接受眼科檢查；相反二型糖尿病人通常在發病一段時間後才得知患病，部分病人在確診時視網膜病變已經出現，所以這類病人必須進行詳細的眼睛檢查，即使未發現病變，之後仍需最少每年進行一次眼科檢查。

對於已經出現視網膜病變的病人，病情的嚴重性便

取決於糖尿病的控制。若糖尿病控制得不理想，可能加速視網膜病變的惡化速度。此外，高血壓、腎病、高血脂、高膽固醇等情況也會加速視網膜病變惡化，糖尿病人需控制好這些風險因素。糖尿病人在懷孕期間，視網膜病變的風險也會增加，故必須密切監察眼睛的情況。

非增殖性視網膜病變

糖尿病視網膜病變可分為「非增殖性」和「增殖性」兩類。

非增殖性視網膜病變主要影響視網膜的微絲血管，成因是視網膜外壁的微血管外皮細胞(pericyte)壞死，令血管產生細小的血管瘤。這些血管瘤具滲透性，血清會漏出視網膜，導致視網膜中央的黃斑點出現水腫。黃斑水腫是最主要的視網膜病變之一，屬漸進式問題，患者初期會發覺視力變差，若無治理，視力會愈來愈模糊。

非增殖性視網膜病變可由視網膜內層出血引起，但此情況比較少見，通常不會影響視力。

增殖性視網膜病變

至於增殖性視網膜病變則因為眼球缺血，而導致不正常的血管增生。這些增生血管長在視網膜前面的玻璃體上，一些用力的動作如拿重物或嚴重嘔吐等，都有可能令血管破裂。當血管爆裂，視網膜前面的玻璃體便會變得混濁，令患者視力模糊和出現飛蚊症。增生血管破裂還可導致玻璃體收縮，令視網膜受牽拉而脫落，造成永久性的嚴重視力受損。

若眼球缺血情況嚴重，視網膜分泌的化學物質還會令虹膜血管增生，導致虹膜周邊黏連，阻礙房水排出而引起新生血管性青光眼。有關情況雖然少見，但卻可嚴重影響視力。

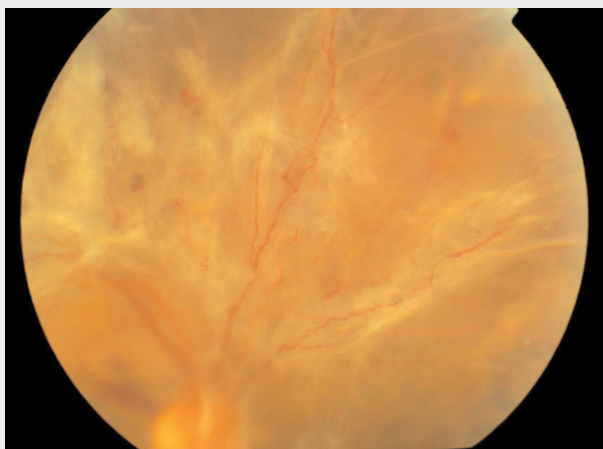
及時治療挽救視力

視網膜病變可利用散瞳檢查和螢光眼底攝影作診



(Getty Images)

增殖性視網膜病變



增殖性視網膜病變患者的眼球會有不正常的血管增生，這些血管一旦破裂，可導致玻璃體收縮，令視網膜受牽拉而脫落，造成永久性視力受損。

黃斑水腫



黃斑水腫是常見的非增殖性視網膜病變，患者視力會逐漸變差。

斷，確診後再因應不同的病症進行治療。黃斑水腫的傳統治療是「激光凝固治療」(laser photocoagulation)，做法是直接將激光打在血管瘤和血清滲漏的區域上，目標是阻止缺口繼續滲漏，並讓身體自行吸收已滲出的水分。病人或需接受多次激光凝固治療才能控制病情。

如果激光治療無效，或黃斑水腫的情況太嚴重，可嘗試注射類固醇入玻璃體，幫助消除水腫。不過，接受治療後視力提升的程度是因人而異的，如果病變已出現多年，以至視網膜的感光細胞受損，則消除了水腫也未必能恢復原有的視力。

另外，研究發現，患有非增殖性視網膜病變病人，其血管內皮生長因子(簡稱VEGF)水平會偏高，而VEGF正是導致血管增生的因素之一。因此，醫學界嘗試以VEGF抑制劑治療非增殖性視

網膜病變，但現時仍處於研究階段。

激光治療減血管增生

激光治療亦可用於增殖性視網膜病變。如果視網膜沒有被積血遮擋，可用激光破壞視網膜周邊的細胞，希望能減少血管增生。如果玻璃體的積血阻擋眼底，則需先以超聲波檢查是否有視網膜脫落。出現牽拉性視網膜脫落並影響黃斑點的病人，需接受手術，打入氣體令眼球膨脹，幫助剝離的視網膜復位。

至於沒有視網膜脫落的病人，可先觀察情況4至6個月，其間他們最好墊高枕頭睡覺，以及盡量避免拿重物，以免刺激增生血管爆裂。若積血未能自行消散，便要將充血混濁的玻

璃體切除。

預防發病為上策

視力衰退是視網膜出現病變的徵狀之一，但由於不少糖尿病人都是長者，他們以為視力衰退是年老的必然現象，因而容易忽略糖尿上眼的危機。及早發現病變及接受治療，對於保存視力非常重要，因為視網膜的感光細胞一旦受損，喪失的視力便無法挽救。即使視網膜未受影響，糖尿病人仍需定期接受眼科檢查，同時要控制好血糖水平，防患於未然。

至於視網膜已經出現病變的糖尿病人，除要定期檢查眼睛，以及時刻控制血糖水平外，亦要避免患上高血壓、高膽固醇、腎病等可加速病變惡化的併發症。

賴維均醫生
香港大學李嘉誠醫學院眼科研究所臨床副教授
暨 瑪麗醫院榮譽顧問醫生

