

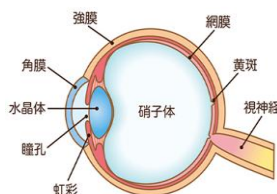
MAC通信 春号



糖尿病網膜症 を知っていますか

糖尿病網膜症とは！？

○糖尿病網膜症は、糖尿病の3大合併症(糖尿病性神経障害・糖尿病性腎症・糖尿病網膜症)の一つです。
○糖尿病で血糖値が高い状態が続くと、眼底にある網膜の毛細血管が詰まりやすくなったり血液が漏れたりして、酸素不足・栄養不足になります。進行すると出血したり、失明に至る恐れがあります。



統計
を見て
みると
...

糖尿病網膜症は、主な失明の原因の第3位になっています。2019年度の調査では、視覚障害を発症した患者の、第1位が緑内障、第2位が網膜色素変性症、第3位が**糖尿病網膜症**でした。網膜症の発症リスクは、糖尿病の罹患期間が長くなるほど高まってくるのが分かっています。



適切な治療を
継続しましょう

糖尿病網膜症を防ぐためには・・・

- 血糖のコントロールと高血圧の治療が大切です。自分の血糖値や血圧の目標を医師と相談しておきましょう。しかし、急に血糖値を下げると網膜症が悪化することあるので注意しましょう。
- また、網膜症の段階によって適切な運動の強さや量は違いますので、運動するときには医師の指示に従いましょう。

2026年 3月発行

糖尿病網膜症の進行段階

正常な網膜	単純糖尿病網膜症 (軽症～中等症 非増殖糖尿病網膜症)	増殖前糖尿病網膜症 (重症 非増殖糖尿病網膜症)	増殖糖尿病網膜症
眼の状態	● 網膜の血管がもろくなり、眼底に出血がみられます	● 血管が詰まり、酸素が行き届かない部分がみられます	● 新生血管や硝子体出血がみられます ● 網膜の剥がれがみられます
自覚症状	← なし →		
糖尿病黄斑浮腫の発症	発症の可能性あり		
			● 黒いものがちらつきます ● ものがぶれて見えます ● 失明に至ることがあります

定期的な
眼科受診
が



網膜症は上記の進行段階に分かれますが、末期になるまで自覚症状がありません。自覚症状に頼ると発見が遅れる事もあります。症状が無くても定期的に眼科に通院しましょう。

眼科受診の際には、糖尿病手帳を持参しましょう！
糖尿病手帳には、眼科で記載してもらえ
るページがあります。
眼科受診の際には、眼科医にぜひ記載して
もらってください。当院での診察の時に眼科
での経過が分かり参考になります。



お知らせ

2026年4月1日から、定期で接種する場合の肺炎球菌ワクチンが変わります。使用するワクチンはプレバナー20です。接種回数は1回のみです。当院での接種料金は10500円です。自治体の助成対象者は助成額を引いた金額が窓口負担となります。ご希望の方は予約をお取りください。

