

Como Proteger Seus Olhos

- Faça um exame de fundo de olho pelo menos uma vez ao ano, mesmo que não tenha problemas de vista agora.
- Mantenha o açúcar no sangue dentro dos níveis normais. Se você toma comprimidos ou usa insulina para a diabetes, tome-os regularmente. Verifique o nível de açúcar no sangue. Anote os resultados para conversar com seu médico ou profissional de saúde sobre eles.
- Peça para medirem a sua pressão arterial com frequência. Se tiver que tomar medicamentos para a pressão, tome-os mesmo que se sinta bem. A pressão alta pode piorar rapidamente os problemas nos olhos.
- Ligue imediatamente para seu oftalmologista se tiver a vista embaçada ou dupla, ver pontos escuros, tiver dificuldade para enxergar à noite, dor ou pressão nos olhos.

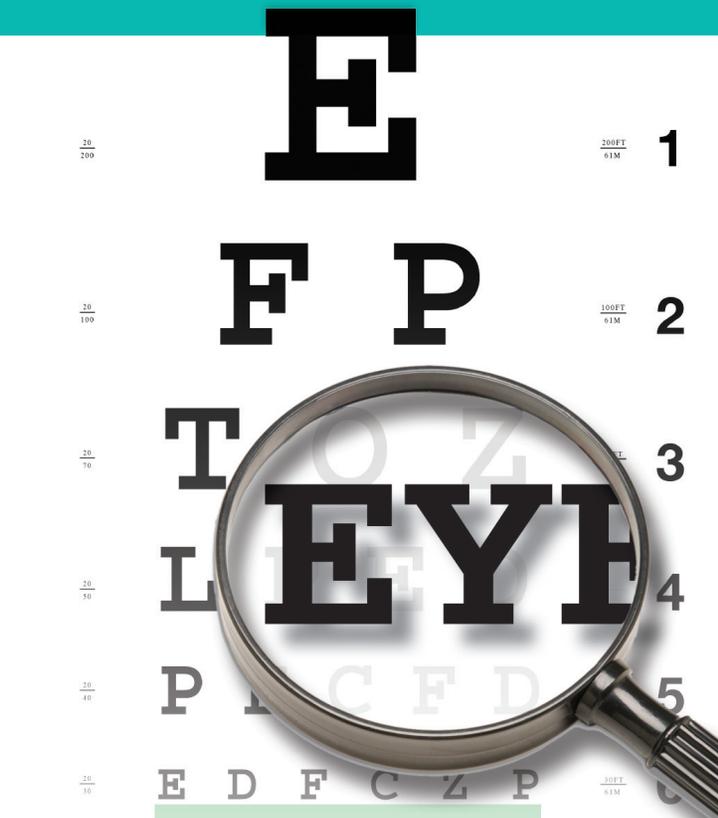
Proteja seus olhos!
Faça um exame oftalmológico completo uma vez por ano.



Departamento de Saúde
Pública de Massachusetts
Programa de Prevenção e Controle da Diabetes
617-624-5070
TTY 1800-833-1477
www.mass.gov/dph/diabetes

Massachusetts
Diabetes
Prevention & Control Program
Department of Public Health

Para solicitar cópias deste folheto, acesse:
www.maclearinghouse.com
ou ligue para 1-800-952-6637.



A diabetes pode prejudicar sua vista

Saiba o que fazer para salvar sua visão

Fatos sobre a diabetes e a doença ocular

- A diabetes pode prejudicar os olhos.
- A maioria das pessoas que tem diabetes por mais de 10 anos tem um certo nível de dano ocular.
- A detecção e o tratamento precoce de problemas nos olhos podem ajudar a prevenir a cegueira.
- Fazer um exame oftalmológico completo uma vez ao ano é importante. Ele pode salvar a sua visão!

O que é a doença ocular diabética?

A doença ocular diabética é um conjunto de problemas que uma pessoa com diabetes pode ter e que pode causar perda de visão e às vezes cegueira.

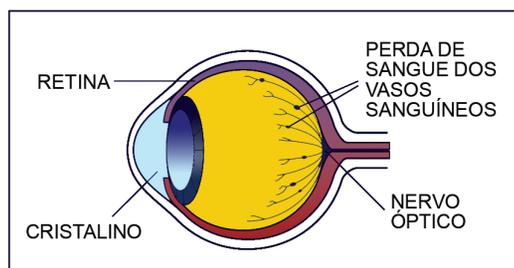


Doença ocular diabética

- **Catarata:** o cristalino do olho fica embaçado.
- **Glaucoma:** a pressão dentro do olho aumenta e danifica o nervo óptico.

Catarata e glaucoma também podem afetar pessoas que não têm diabetes.

- **Retinopatia:** os vasos sanguíneos na parte posterior do olho tornam-se fracos e sangram, o que danifica a retina.



Teste seu conhecimento

1. Uma pessoa com diabetes deve fazer um exame oftalmológico pelo menos uma vez ao ano.
Verdadeiro Falso
2. Pessoas com diabetes são mais susceptíveis do que outras pessoas a ter doença ocular.
Verdadeiro Falso
3. A doença ocular diabética pode ser tratada.
Verdadeiro Falso
4. A doença ocular diabética quase nunca têm sinais de alerta no começo.
Verdadeiro Falso
5. A cirurgia à laser ajuda no controle da retinopatia diabética.
Verdadeiro Falso

Todas as respostas são verdadeiras.

O que é a retinopatia diabética?

A retina reveste a parte interna do fundo do olho e ela reage à luz, o que permite a visão. Existem muitos vasos sanguíneos pequenos que cruzam a retina. Com o tempo, os níveis altos de açúcar no sangue e da pressão arterial podem enfraquecer esses vasos ao ponto deles vazarem ou sangrarem. Como a retina é o centro da visão, esse sangramento (chamado retinopatia) pode causar vista embaçada e cegueira.

Qual é o tratamento para a retinopatia diabética?

Pode-se usar um feixe de laser para reparar os vasos sanguíneos danificados e ajudar a prevenir a cegueira. Esta cirurgia pode recuperar parte da visão perdida e provavelmente impedir que a retinopatia piore.

