**ОСТОРОЖНО:САХАРНЫЙ ДИАБЕТ**



**Диабетическая ретинопатия у взрослых**

Проблемы сахарного диабета сегодня выходят на первое место во всём мире. Этим заболеванием страдают примерно 5 % населения Земли всех национальностей и возрастов. В России число больных превышает 8 млн, причём ежегодно их число увеличивается на 5-7 % .Сахарный диабет опасен своими осложнениями, одно из которых – диабетическая ретинопатия. У диабетиков первого типа ретинопатия возникает в более раннем возрасте, у больных вторым типом диабета — на поздних сроках заболевания. Спрогнозировать время появления ретинопатии сложно, так как у каждого пациента оно индивидуально, но чаще всего при диабете второго типа ретинопатия развивается на 3-5 году болезни.

К факторам риска, которые приводят к ухудшению сахарного диабета, можно отнести:

* уровень глюкозы крови (показатели гипергликемии);
* [артериальную гипертензию](https://probolezny.ru/arterialnaya-gipertenziya/);
* хроническую почечную недостаточность;
* [ожирение](https://probolezny.ru/ozhirenie/);
* молодой возраст;
* период беременности;
* генетическую предрасположенность (наследственность);
* вредные привычки ([курение](https://probolezny.ru/tabakokurenie/)).

Но в первую очередь частота развития диабетической ретинопатии связана со стажем заболевания:

* при стаже сахарного диабета до 5 лет ретинопатия возникает в 9-17 % случаев;
* от 5 лет до 10 лет — в 44-80 % случаев;
* от 15 лет — в 87-99 % случаев

Во время беременности риск появления ретинопатии отсутствует, так как срок [гестационного диабета](https://probolezny.ru/gestacionnyy-saharnyy-diabet/" \t "_blank) очень короткий, чтобы позволить ретинопатии развиться. Если же диабетическая ретинопатия развилась ещё до зачатия, то беременность может усугубить течение болезни.

Для сохранения зрения пациенту с сахарным диабетом крайне важно следить за основным заболеванием и артериальной гипертензией, строго следовать всем назначениям эндокринолога и терапевта, постоянно наблюдаться у офтальмолога. Если внезапно стала снижаться острота зрения или появились другие жалобы на состояние глаз, то необходимо незамедлительно обратиться к специалисту.