

## Diabète et yeux

**Vous êtes diabétique, votre fond d'œil doit être contrôlé chaque année, car le risque de troubles de la vue est important. La normalisation du taux de sucre dans le sang et la surveillance ophtalmologique sont vos meilleurs atouts pour conserver longtemps une bonne vue.**

### Que peut-il arriver à mes yeux ?

Le diabète est une des premières causes de perte de la vue avant l'âge de 50 ans dans les pays développés, en l'absence de traitement.

Ces complications sont liées à des lésions des petits vaisseaux de l'œil, qui se bouchent progressivement et finissent par ne plus irriguer la rétine convenablement.

L'œil compense en créant de nouveaux vaisseaux plus fragiles qui se multiplient et peuvent être à l'origine d'hémorragies à l'intérieur de l'œil.

Ces lésions sont dues à un diabète mal équilibré depuis plus de 5 ans.

### Quelles sont les causes de la maladie de la rétine ?

Le risque de complications oculaires du diabète augmente avec :

- \* l'ancienneté du diabète,
- \* le mauvais équilibre de la glycémie, aggravé par une tension artérielle trop haute

### Comment puis-je prévenir ou ralentir l'atteinte de la rétine ?

Normalisez autant que possible votre taux de sucre dans le sang.

Faites prendre votre tension artérielle : elle doit être inférieure à 13/8.

Maintenez votre poids de forme, mangez moins de graisses et moins de sucre, faites de l'exercice physique, cessez de fumer, réduisez votre consommation d'alcool.

Consultez au moins une fois par an votre ophtalmologue. Il pratiquera un examen complet, dont un fond d'œil.

### Quels sont les traitements ?

Le traitement des complications oculaires est d'abord celui du diabète, c'est-à-dire la réduction de l'excès de sucre dans le sang et la normalisation de la tension artérielle.

Le traitement par laser des lésions de l'œil lutte principalement contre les petits vaisseaux sanguins nouvellement formés, et permet de réduire le risque de perdre la vue. Il est réalisé sous anesthésie locale et sans hospitalisation.

### Fond d'œil

Les premiers signes du diabète peuvent être dépistés au cours d'un examen complet de l'œil.

Dès la découverte du diabète un fond d'œil est réalisé chez l'ophtalmologue. Il doit être renouveler tous les ans.

## Informations sur le document

