

Giữ gìn sức khỏe Giữ đôi mắt sáng

5 bước căn bản mà mọi bệnh nhân ĐTĐ phải tuân thủ để giữ gìn sức khỏe, làm chậm lại các biến chứng toàn thân và biến chứng về mắt, bao gồm:

- Uống thuốc đều đặn theo chỉ dẫn của bác sĩ
- Kiểm soát trọng lượng cơ thể
- Tập thể dục và vận động đều đặn hàng ngày
- Kiểm soát lượng đường huyết, huyết áp, và mức cholesterol
- Ngưng hút thuốc lá

Phát hiện sớm, điều trị kịp thời, và tuân thủ việc tái khám chặt chẽ có thể giúp ngăn chặn 95% nguy cơ gây mù của bệnh nhân ĐTĐ.

Nơi khám phát hiện bệnh Võng mạc đái tháo đường

Hiện tại, bệnh nhân ĐTĐ có thể đến các bệnh viện chuyên khoa mắt nơi có đầy đủ trang thiết bị và các cán bộ y tế được đào tạo chuyên sâu như Bệnh viện Mắt TP. Hồ Chí Minh để kiểm tra và điều trị.

BỆNH VIỆN MẮT THÀNH PHỐ HỒ CHÍ MINH

280 Điện Biên Phủ, P.7, Q.3, TP. Hồ Chí Minh

ĐT: (028) 9325713 - (028) 9326732

Website: www.benhvienmat.com



BỆNH ĐÁI THÁO ĐƯỜNG CÓ THỂ DẪN TỚI MÙ LÒA





Bệnh đái tháo đường (ĐTĐ) gây tổn thương các mạch máu nhỏ ở võng mạc gọi là bệnh Võng mạc đái tháo đường. Lúc đầu bệnh có thể diễn biến âm thầm mà chưa gây giảm thị lực và bạn không có cảm nhận về bệnh. Khi có dấu hiệu bất thường về mắt như nhìn mờ, thấy những mảng đen hoặc nhìn méo hình, lúc đó đã có tổn thương và trong một số trường hợp có thể dẫn tới giảm thị lực hoặc mù lòa vĩnh viễn.

BẠN CÓ BIẾT

- Mọi bệnh nhân ĐTĐ đều có nguy cơ mắc bệnh Võng mạc đái tháo đường dẫn tới mù lòa vĩnh viễn
- Bệnh diễn biến âm thầm không có biểu hiện gì nên phải thường xuyên đi khám mắt để phát hiện
- Kiểm tra mắt tại cơ sở chuyên khoa mắt có thể giúp phát hiện sớm bệnh trước khi có biến chứng

Bệnh có thể phòng tránh được bằng việc khám phát hiện sớm

Tất cả bệnh nhân khi được chẩn đoán ĐTĐ đều phải đi kiểm tra mắt để phát hiện bệnh võng mạc đái tháo đường. Bệnh nhân ĐTĐ phải tuân thủ việc kiểm tra mắt định kỳ ít nhất một năm một lần để phát hiện bệnh và điều trị kịp thời.

- **Nếu bạn bị đái tháo đường, phải đi kiểm tra mắt hàng năm.**
- **Đừng để bệnh tạt lấy đi ánh sáng của cuộc đời bạn vì hôm nay bạn còn do dự.**

Hãy chia sẻ để bạn bè, người thân và những bệnh nhân đái tháo đường khác biết thông tin này.