



Suositus diabeetikoiden silmänpohjakuvauksista Vantaalla 2015

Diabeettinen retinopatia (silman verkkokalvosairaus)

- Silmänpohjan verkkokalvon näkyviä muutoksia kutsutaan retinopatiaksi. Jokaisen diabeetikon silmänpohjat tutkitaan 1–3 vuoden välein silmänpohjan kuvauksella.
- Tavoitteena on kattavan ja laadukkaan **silmänpohjamuutosten** seulonnan ja seurannan avulla vähentää diabeettisen verkkokalvosairauden eli retinopatian ilmaantumista ja etenemistä ja estää diabeteksen aiheuttamaa näkövammaisuutta.

Seulottavat ryhmät

Seulontaväli

Seulottavat ryhmät	Seulontaväli
Tyyppin 1 diabeetikot Sairastumisikä alle 10 vuotta	10 vuoden iästä lähtien joka toinen vuosi niin kauan kuin löydös on normaali Muutosten toteamisen jälkeen vuosittain tai tiheämmin
Sairastumisikä yli 10 vuotta	Diagnosointivaiheessa ja sen jälkeen joka toinen vuosi niin kauan kuin löydös on normaali Muutosten toteamisen jälkeen vuosittain tai tiheämmin
Tyyppin 2 diabeetikot	Diagnosointivaiheessa ja sen jälkeen kolmen vuoden välein niin kauan kuin löydös on normaali Kahden vuoden välein, jos todetaan vähän muutoksia (1–2 mikroaneurysmaa makulan ulkopuolella) Vuosittain tai tiheämmin, jos muutoksia on enemmän



Raskaana olevat diabeetikot	Raskautta suunniteltaessa tai heti raskauden alussa Raskauden aikana retinopatian asteen, nefropatian ja verenpaineen mukaan (Whiten luokat B ja C; ei tarvetta joka trimesterissä) Raskauden jälkeen vuoden ajan tavanomaista tiheämmin, jos todetaan kohtalaisia muutoksia
Raskausdiabetes	silmänpohjanseuranta ei tarpeellista

Potilaille ei ole seulontajärjestelmässä asetettu yläikärajaa. Kuvauksen epäonnistumisen riski kuitenkin suurenee iän myötä. Tavallisesti syynä on harmaakaihi tai huonosti laajeneva mustuainen.

Jos kuvista ei ole mahdollista tehdä päätelmiä verkkokalvon tilasta, potilas tulee lähettää silmälääkärin kliiniseen tutkimukseen.

Tärkeä muistaa

- Diabeetikko voi itse vaikuttaa silmiensä kuntoon, sillä hyvä glukoositasapaino vähentää retinopatian ilmaantumista ja etenemistä sekä tyypin 1 että tyypin 2 diabetesta sairastavilla.
- Tyypin 2 diabeetikoilla kohonneen verenpaineen tehokas hoito vähentää retinopatian ilmaantumista ja etenemistä sekä laserhoidon tarvetta. Tuoreen yhdysvaltalaisen ja kansainvälisen hoitosuosituksen mukaan diabeetikon tavoiteltava verenpaineen taso on alle 140/80 mmHg. Silmän kannalta ihanteellista verenpainetasoa ei tunneta.
- Painon pitäminen mahdollisimman normaalina ja etenkin keskivartalolihavuudesta eroon pääseminen ovat tärkeitä myös silmien kunnolle, erityisesti tyypin 1 diabetesta sairastavilla.
- Tupakoinnin lopettaminen on hyödyksi diabeetikolle.

Katso myös Käypä hoito -suositus Tupakointi, nikotiiniriippuvuus ja vieroitushoidot «Tupakkariippuvuus ja tupakasta vieroitus».

Suositus ja taulukko perustuvat Diabeettinen retinopatia Käypä hoito suositus Päivitetty 15.12.2014
<http://www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukset/suositus?id=hoi50043#NaN>