



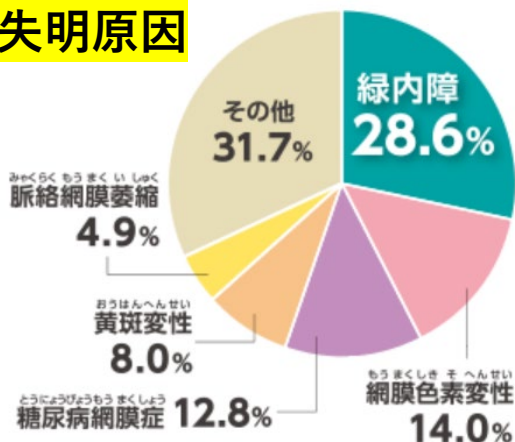
糖尿病網膜症

糖尿病の3大合併症の一つに糖尿病網膜症があります。医学が進歩してきた現代でも糖尿病が悪化して失明に至ってしまう方がいらっしゃいます。

失明に至る方の多くは、そもそも病院に来なかったり、治療が中断されていたりといったことで血糖コントロールがひどくなるのが原因であり、治療を開始しても後手にまわってしまい防戦一方になってしまいます。

そうならないためには、自覚症状のない時から定期的な眼底検査が大事になります。早めに対応できれば、きちんと自分の状況を知っていただければ、最悪の事態は防げるからです。

失明原因



目が痒いとき

花粉症でなくても目が痒くなってこすりたくなることが誰でもあります。そんな時はどうすればよいでしょうか。点眼薬も即効性があるわけではありません。痒さに負けてこすると一時的には、気持ち良いですがまたさらに強くなった痒みと闘わなければなりません。ですからなるべくこすらないようにしましょう。その代わりに、**よく冷やしてください。**

生ものを購入した時にもらえる冷却パックで十分

です。直接、当ててもよいですし、薄いガーゼ生地に



包んでもらってもよいので眼部をよく冷やしましょう。こすらなければ大丈夫です。冷やすと冷感刺激により痒み刺激がおさまってしまいます。血管が収縮して腫れが引きます。点眼するにしてもそれからでよいです。これは目だけでなく、虫刺されにも有効な手段ですよ。