

## Retinopatia diabetica



In quest'immagine un esempio di come la retinopatia diabetica possa influire sulla vista.

### Che cos'è la retinopatia diabetica?

La retinopatia diabetica è una patologia oculare causata dal diabete, sia da quello di tipo 1 che da quello di tipo 2. Colpisce i piccoli vasi sanguigni della retina nella parte posteriore dell'occhio.

Diagnosi e terapie precoci possono prevenire fino al 98% dei casi di compromissione grave della vista.

### Quali sono i sintomi?

- Spesso non si manifestano sintomi nelle fasi iniziali, perciò potrebbe essere difficile notare cambiamenti alla vista fino a che la patologia non si aggravi.
- La vista potrebbe risultare offuscata o appannata. Gli oggetti potrebbero fluttuare nel campo visivo.
- La visione centrale potrebbe risultare distorta. Le linee dritte potrebbero apparire piegate o ondulate.
- I particolari più piccoli potrebbero diventare difficili da individuare durante le attività giornaliere.

### Diabetic retinopathy

This image shows an example of how diabetic retinopathy may affect vision.

### What is diabetic retinopathy?

Diabetic retinopathy is an eye disease caused by diabetes, including Type 1 and Type 2 diabetes. It affects the small blood vessels of the retina at the back of the eye.

Early diagnosis and treatment can prevent up to 98 per cent of severe vision loss.

### What are the symptoms?

- It often has no symptoms in the early stages. So changes in vision may not be noticed until the condition is serious.
- Vision may become hazy or blurred. Objects may float across the field of vision.
- Central vision may become distorted. Straight lines may appear bent or wavy.
- Fine details may become hard to see during everyday activities.

## Chi è a rischio?

- Chi è affetto da diabete è a rischio.
- Chi ha sofferto di diabete per un lungo periodo è più esposto al rischio. Quasi tre persone su quattro che hanno avuto il diabete per un periodo di 15 anni o più, contraggono una qualche forma di retinopatia diabetica.
- Chi ha un diabete difficile da controllare e chi ha avuto alti livelli di glicemia per un lungo periodo.
- Le popolazioni indigene dell'Australia hanno 14 volte più probabilità di sviluppare la patologia delle popolazioni non indigene dell'Australia.
- Le donne con il diabete che sono in gravidanza.

## Cosa si può fare?

- Sottoporsi a una visita oculistica, presso uno specialista in oculistica (ottico - in Australia sono chiamati optometristi - o oftalmologo):
  - Non appena si è stati diagnosticati con il diabete. Tale visita comprenda anche un controllo della retina.
  - Ogni due anni dopo la diagnosi di diabete (una volta l'anno, o più, per le popolazioni indigene dell'Australia), come da indicazioni dello specialista in oculistica.
  - Immediatamente, se si notano dei cambiamenti alla vista.
- Mantenere corretti livelli di glicemia, pressione sanguigna e colesterolo. Farsi aiutare dal proprio medico.
- Seguire una dieta sana e uno stile di vita attivo.

Le visite oculistiche sono fondamentali per rilevare precocemente la retinopatia diabetica. Non aspettare i sintomi, sottoponiti regolarmente a visite oculistiche.

**Non trascurare la tua vista, fai un controllo**

## Who is at risk?

- All people with diabetes are at risk.
- People who have had diabetes for a long time are at higher risk. Almost three out of four people who have had diabetes for 15 years or more have some form of diabetic retinopathy.
- People whose diabetes is hard to control and those who have high blood glucose ('blood sugar') levels over a long period of time.
- Indigenous Australians are 14 times more likely to develop the condition than non-Indigenous Australians.
- Women with diabetes who are pregnant.

## What can be done?

- Have an eye test with an eye health professional (optometrist or ophthalmologist):
  - When first diagnosed with diabetes. This eye test should include a check of the retina.
  - Every two years thereafter (once a year for Indigenous Australians) or more often, as directed by an eye health professional.
  - Immediately if you notice a change in vision.
- Maintain healthy blood glucose, blood pressure and cholesterol levels. Your GP can assist with this.
- Maintain a healthy diet and active lifestyle.

Eye tests are essential to detect diabetic retinopathy early. Don't wait for symptoms, have regular eye tests.

**Save Your Sight - Get Tested**

## Per maggiori informazioni

Parlane con uno specialista in oculistica o con il tuo medico di base. Anche gli specialisti del diabete e i gruppi di supporto sul diabete possono fornirti informazioni.

Contatta Diabetes Australia al 1300 136 588 o vai su [www.diabetesaustralia.com.au](http://www.diabetesaustralia.com.au)

Vai su [www.visioninitiative.org.au](http://www.visioninitiative.org.au)

Medicare rimborsa la maggior parte dei servizi oculistici. Non ti serve un'impegnativa per recarti da un ottico. Se necessario, il tuo medico di base o il tuo ottico possono farti un'impegnativa per recarti da un oftalmologo.

Esistono dei servizi che assistono le persone nell'adattarsi alla perdita della vista, rimanendo indipendenti e continuando a svolgere le attività abituali. Per saperne di più, parlane con uno specialista in oculistica o con il tuo medico di base.

## For more information

Speak to an eye health professional or GP. Diabetes specialists and diabetes support groups can also give you information.

Contact Diabetes Australia on 1300 136 588 or visit [www.diabetesaustralia.com.au](http://www.diabetesaustralia.com.au)

Visit [www.visioninitiative.org.au](http://www.visioninitiative.org.au)

A Medicare rebate is available for most optometry services. You do not need a referral to see an optometrist. If required, your GP or optometrist can refer you to an ophthalmologist.

There are services and supports to help people adjust to vision loss, remain independent and continue to take part in their chosen activities. Speak to an eye health professional or your GP to find out more.