Hindi version

मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग परीक्षण कार्यक्रम

रोगियों के लिए जानकारी

डिपार्टमेंट ऑफ़ हेल्थ, सोशल सर्विसिज़ ऐन्ड पब्लिक सेफ़्टी

जनवरी 2007

क्योंकि आपको मधुमेह (डायबिटीज) है, आपके जीपी ने मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग परीक्षण सेवा (डायबेटिक रेटिनोपैथी स्क्रीनिंग सर्विस) में आपके आने की व्यवस्था की है। यह सेवा मुफ़्त है और आपकी मधुमेह संबंधी देखभाल के हिस्से के रुप में प्रदान की जाती है।

मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग (डायबेटिक रेटिनोपैथी) क्या है?

यह तब होता है जब मधुमेह के कारण दृष्टिपटल नाम के आँख के हिस्से में छोटी रक्त शिराएँ क्षतिग्रस्त हो जाती हैं। ये रक्त शिराएँ बन्द हो सकती हैं या रिसने लग सकती हैं, और जो शिराएँ उचित ढंग से काम नहीं कर रही होती हैं उनकी जगह लेने के लिए नई शिराएँ उत्पन्न हो सकती हैं। शुरुआती अवस्थाओं में, इन बदलावों से आम तौर पर आपकी दृष्टि पर कोई प्रभाव नहीं पड़ेगा। लेकिन, यदि इलाज न किया जाए, तो दृष्टिपटल का रोग ज़्यादा बिगड़ सकता है और आपकी आँखों की दृष्टि पर प्रभाव पड़ सकता है।

मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग के लिए परीक्षण करवाना महत्त्वपूर्ण क्यों है?

मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग के लिए परीक्षण से शुरुआती अवस्था में ही, आपको इसके बारे में पता लगने से पहले, दृष्टिपटल में होने वाले बदलावों का पता लग सकता है। यदि समय पर पता लगा लिया जाए, तो अधिकतर लोगों में दृष्टि के चले जाने को रोकने में इलाज बहुत प्रभावकारी होता है। इसलिए आपकी आँखों का परीक्षण करवाना और परीक्षण के सभी अपॉयन्टमेन्टों में आना महत्त्वपूर्ण है।

क्या मधुमेह से पीड़ित सभी लोगों को परीक्षण करवाने की ज़रूरत है?

हाँ, 12 वर्ष और इससे अधिक उम्र के मधुमेह से पीड़ित लोगों को आपकी आँखों का परीक्षण करवाना चाहिए। इस बात पर ध्यान दिए बिना कि आपके मधुमेह को कैसे नियंत्रित किया जाता है, चाहे आप अपने जीपी से मिलते हैं या हॉस्पिटल के विशेषज्ञ परमर्शदाता से, आपको तो भी परीक्षण के लिए आने की ज़रूरत है।

मैं पहले से ही आँखों के एक क्लीनिक में जा रहा/रही हूँ। क्या मुझे फिर भी परीक्षण करवाने की ज़रूरत है?

केवल उन लोगों, जो मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग के इलाज के लिए पहले से ही हॉस्पिटल के आँखों के क्लीनिक में जा रहे हैं, को परीक्षण करवाने की ज़रूरत नहीं है। यदि आप किसी दूसरी समस्या के लिए किसी आँखों के क्लीनिक में जा रहे हैं, तो आपको परीक्षण के लिए आना ज़रूरी है। यदि आपको कोई सन्देह हो, तो कृपया अपने जीपी या प्रैक्टिस नर्स से बात करें।

मैं पहले से ही अपने ऑप्टीशियन (दृष्टि–परीक्षक) के पास जा रहा/रही हूँ। क्या मुझे फिर भी अपने परीक्षण अपॉयन्टमेन्ट में जाने की ज़रूरत है?

हाँ। यह महत्त्वपूर्ण है कि एक संगठित कार्यक्रम के अन्दर परीक्षण किया जाए जिसका यह निश्चित करने के लिए निरीक्षण किया जाता है कि यह एक उच्च्च स्तर का हो।

क्या मुझे अभी भी अपने ऑप्टीशियन (दृष्टि–परीक्षक) के पास जाने की ज़रूरत होगी?
हाँ, आपको अभी भी चश्मे के लिए दृष्टि की जाँच करवाने हेतु हर साल अपने दृष्टि–परीक्षक के पास जाना चाहिए। मधुमेह से पीड़ित लोगों के लिए यह जाँच मुफ़्त होती है।

दृष्टिपटल रोग के परीक्षण में वास्तव में क्या होता है?
परीक्षण जाँच में एक विशेष कैमरे का इस्तेमाल करते हुए प्रत्येक आँख के पिछले हिस्से के दो फ़ोटोग्राफ़ लिए जाते हैं। यह जाँच पीड़ा–रहित होती है और इसमें लगभग 15 मिनट लगते हैं। यदि आपकी उम्र 50 वर्ष से अधिक है तो जाँच से पहले आपको अपनी आँखों में दवा की बूँदें डलवाने की ज़रूरत पड़ेगी ताकि आपकी आँखों की पुतलियों को फैलाया जा सके। इससे एक अच्छे स्तर का फ़ोटोग्राफ़ प्राप्त करने में मदद मिलती है। कम उम्र वाले कुछ लोगों में भी आँखों की बूँदों का इस्तेमाल किया जा सकता है। यदि इसकी ज़रूरत पड़ेगी तो आपके जाने पर फ़ोटोग्राफ लेना वाला़ इसके बारे में आपसे चर्चा करेगा।

क्या आँखों की बूँदों का कोई प्रभाव होता है?
बूँदों के कारण केवल कुछ सेकेंड के लिए थोड़ी जलन हो सकती है। लगभग 15 मिनट के बाद आपकी दृष्टि धुँधली हो जाएगी और आपके निकट की चीज़ें पर ध्यान केन्द्रित करना मुश्किल हो सकता है। यह धुँधलापन कई घंटों तक रह सकता है जिसके कारण आपके लिए गाड़ी चलाना असुरक्षित हो सकता है।

आपको जोर देकर सलाह दी जाती है कि आँखों में दवा की बूँदें डलवाने के बाद कम–से–कम दो घंटों तक, और जब तक आप सक्षम न महसूस करें, कोई मोटर वाहन न चलाएँ।

कभी–कभार, दवा की बूँदों के कारण आँखों के अन्दर दबाव अचानक बढ़ सकता है। इसे निम्नलिखित द्वारा पहचाना जाता है:

- आँखों में या उनके इर्द–गिर्द दर्द या अधिक असुविधा;
- आँखों का सफेद भाग लाल हो जाना;
- परीक्षण करवाने के कुछ घंटों बाद आँखों की दृष्टि ज़्यादा बिगड़ जाना या दृष्टि में धुँधलापन बना रहना।

यदि आपमें इनमें से कोई भी लक्षण हो तो आपको वापिस अपने जीपी के पास जाना चाहिए या किसी दुर्घटना और आपातकालीन विभाग (एक्सीडेन्ड ऐन्ड इमरजेंसी डिपार्टमेंट) में जाना चाहिए। इलाज बहुत सफल होता है इससे भविष्य में और घटनाएँ नहीं होगी।

मुझे अपना परिणाम कैसे मिलेगा?
आपको आपका परिणाम परीक्षण जाँच के अन्त में नहीं मिलेगा, क्योंकि फ़ोटोग्राफों को एक विशेष रुप से प्रशिक्षित व्यक्ति द्वारा देखे जाने की ज़रूरत होगी। 4 सप्ताह के अन्दर आपके

जीपी को एक रिपोर्ट भेजी जाएगी और आप अपने जीपी से संपर्क कर सकते हैं जो आपको परिणाम के बारे में सूचित करेगा/करेगी।

मेरा परीक्षण परिणाम और किसे मिलेगा?

यदि आप किसी हॉस्पिटल के मधुमेह क्लीनिक में जाते हैं तो परिणाम आपकी देखभाल प्रदान कर रहे विशेषज्ञ परामर्शदाता को भी भेजा जाएगा। जब तक कि आप अनुमति न दें, किसी और व्यक्ति को परिणाम नहीं मिलेगा।

इसके बाद क्या होता है?

अधिकतर लोगों को बस एक साल के अन्दर दोबारा परीक्षण करवाने के लिए आमंत्रित किया जाएगा। लेकिन, आपसे आगे और मूल्यांकन के लिए संपर्क किया जाएगा यदिः

- फ़ोटोग्राफ़ इतनी स्पष्ट नहीं हैं कि इनसे एक सही–सही परिणाम दिया जा सके;
- आपकी आँखों में मधुमेह संबंधी बदलाव हुए हैं जिनके लिए किसी हॉस्पिटल के आँखों के क्लीनिक में आगे की क्रिया या इलाज की ज़रूरत है;
- संयोग से आँखों की अन्य समस्याओं का पता लग जाता है जिनके लिए अधिक जाँच पड़ताल की ज़रूरत है।

परीक्षण अपॉयन्टमेन्टों के बीच यदि मुझे अपनी आँखों के बारे में कोई चिन्ताएँ हो, तो मुझे क्या करना चाहिए?

अपने अगले परीक्षण अपॉयन्टमेन्ट की प्रतीक्षा न करें। अपने जीपी या ऑप्टीशियन (दृष्टि–परीक्षक) से सलाह लें।

परीक्षण के बाद मेरे फ़ोटोग्राफ़ों और विवरणों का क्या होता है?

परीक्षण सेवा आपके फ़ोटोग्राफ़ों और विवरणों को कम से कम आठ वर्षों तक रखेगी। यह आपके हाल के फ़ोटोग्राफ़ों की तुलना पिछले फ़ोटोग्राफ़ों से करने के लिए उपयोगी हो सकता है। इन्हें परीक्षण कार्यक्रम के स्तर का निरीक्षण करने के लिए भी उपयोग किया जाएगा।

यदि मेरी आँखों में मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग पाया जाता है तो क्या होता है?

मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग के बदलावों के स्तर पर निर्भर करते हुए, आपको आगे और मूल्यांकन के लिए किसी आँखों के क्लीनिक में भेजा जा सकता है। अन्यथा, एक साल के अन्दर आपको फिर से परीक्षण के लिए आमंत्रित किया जाएगा।

क्या मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग के लिए इलाज है?

हाँ। अधिकतर लोगों में दृष्टि खो जाने को रोकने में लेजर इलाज बहु प्रभावकारी होता है, यदि यह सही समय पर किया जाए। आँखों के क्लीनिक में विशेषज्ञ आपको इसके बारे में जानकारी देगा/देगी।

आपको मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग हो या न हो, आपके ख़ून ग्लुकोज के स्तरों और रक्तचाप पर अच्छा नियंत्रण रखना हमेशा महत्त्वपूर्ण होता है।

मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग के बारे में अच्छी ख़बर

- इस समस्या का इलाज किया जा सकता है।
- परीक्षण महत्त्वपूर्ण है क्योंकि दृष्टिपटल रोग के शुरुआती संकेतों के कारण आम तौर पर कोई लक्षण प्रकट नहीं होते हैं
- मधुमेह से पीड़ित प्रत्येक व्यक्ति को दोनों आँखों की नियमित रुप से इस समस्या के लिए जाँच करवानी चाहिए
- आँखों को नुकसान का पता लगाने की जाँच मुफ़्त है
- यह जाँच पीड़ा–रहित होती है
- इस जाँच में केवल 15 मिनट लगते हैं
- यदि शुरुआती अवस्थाओं में पता लग जाए, तो दृष्टि के खोने को रोका जा सकता है।

मधुमेह संबंधी दृष्टिपटल रोग के बारे में अधिक जानकारी के लिए अपने जीपी या ऑप्टीशियन (दृष्टि–परीक्षक) से बात करें या निम्नलिखित से संपर्क करें:

Diabetes UK
Telephone: 028 9066 6646
Website: www.diabetes.org.uk