

## Eine Augenuntersuchung sollte bei Menschen mit Diabetes immer erfolgen:

- vor oder mit Beginn einer Schwangerschaft
- vor einer Operation zur Gewichtsverringering
- vor einer Intensivierung der Diabetestherapie mit GLP-1 Rezeptoragonisten bzw. Insulin (starke Blutzuckersenkung bei HbA1c über 10 %)¹

### Regelmäßige Augenuntersuchungen sind wichtig:

Frühe Stadien der diabetischen Retinopathie bleiben für den Patienten unbemerkt. Ein diabetesbedingter Sehverlust kann durch regelmäßige Augenuntersuchungen verhindert werden. So kann der Augenarzt ein mögliches Fortschreiten der Netzhauterkrankung erkennen und mit der Behandlung frühzeitig beginnen. Bitte lassen Sie bei Diabetes mindestens einmal im Jahr den Augenhintergrund untersuchen.

### Diabetesmanagement bei Augenerkrankungen

Barrierefreie Medizinprodukte erleichtern den Alltag von Menschen mit Sehbehinderung und Sehverlust.

#### Fragen Sie Ihren Arzt nach barrierefreien Diabeteshilfsmitteln. Das sind die Vorteile:

- große, kontrastreiche Anzeige des Displays
- unterscheidbare akustische Ausgabe von Blutzuckerwerten
- mit dem Tastsinn erkennbare Bedienelemente
- einfache, strukturierte Menüführung

Sie können moderne Blutzuckermessgeräte, Insulinpens und Insulinpumpen, CGMs (Kontinuierliche Glukoseüberwachung) mit einem Smartphone verbinden. Die integrierte Sprachausgabe unterstützt Menschen mit Sehverschlechterung und bei Erblindung im Diabetesmanagement.

## Kontakt

Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M) e. V.  
Schnellerstr. 123  
12439 Berlin

Telefon: +49 (0) 63 228 701  
Telefax: +49 (0) 63 228 698  
E-Mail: [info@ddh-m.de](mailto:info@ddh-m.de)  
<https://menschen-mit-diabetes.de>  
[www.ddh-m.de](http://www.ddh-m.de)

#### Werden Sie Unterstützer der DDH-M

Spendenkonto  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE90 1002 0500 0001 2801 01  
BIC: BFSWDE33BER

#### Unsere kostenlose Diabetes-Nachrichten-App DDH-M Digital

Android



iOS



**Das Auge ist Spiegel des Blutgefäßsystems. Wenn eine Netzhautschädigung nachgewiesen wird, ist das Risiko an einer Herzkrankgefäß-erkrankung zu leiden bzw. daran zu versterben, mehr als doppelt so hoch. Menschen mit Diabetes und nachgewiesener Retinopathie gehören zur „Hochrisikogruppe“ für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.<sup>1</sup>**



<sup>1</sup>(Quelle: Prof. Dr. med. Hans-Peter Hammes, Video-Erklärungsfilm „Diabetes und Augengesundheit“ der DDH-M, 2021)

## Diabetes mellitus und Augenerkrankungen



Deutsche Diabetes-Hilfe – Menschen mit Diabetes (DDH-M)



## Augenerkrankungen bei Diabetes

Ein gut eingestellter Stoffwechsel ist für Menschen mit Diabetes das A und O, um Augenerkrankungen vorzubeugen. In Deutschland und in vielen anderen westlichen Industrienationen ist Diabetes die häufigste Ursache für Erblindung im Erwachsenenalter.

Die häufigste Augenerkrankung bei Menschen mit Diabetes ist die „Diabetische Retinopathie“, eine Erkrankung der Netzhaut. Bei ungefähr einem Viertel der Menschen mit Typ-1-Diabetes tritt im Laufe ihrer

Erkrankung eine Diabetische Retinopathie auf. Bei einem Typ-2-Diabetes besteht oft schon bei der Diagnose eine beginnende Diabetische Retinopathie.

Oft ist es sogar der Augenarzt, der zuerst krankhafte Veränderungen im Auge

feststellt, die auf Diabetes als Ursache schließen lassen. Sie sehen daran, wie wichtig regelmäßige Augenuntersuchungen sind. Je länger Sie Diabetes haben, desto höher ist Ihr Risiko für eine Netzhauterkrankung (Retinopathie). Die Erkrankung beginnt mit Schäden der kleinsten Blutgefäße in der Netzhaut. In der Folge werden die Gefäße durchlässig und brüchig, es tritt Blut in das umliegende Gewebe aus.

Wenn sich im Verlauf der Diabetischen Retinopathie eine Diabetische Makulopathie (Ödem) entwickelt, dann kommt es zu einer Ansammlung von Flüssigkeit in der Netzhaut im Bereich der Makula (gelber Fleck: Stelle des schärfsten Sehens im Auge) oder zum chronischen Absterben von kleinsten Netzhautgefäßen.

## Symptome erkennen

### Symptome der frühen Phase der Diabetischen Retinopathie

- Augenschäden bleiben zu Beginn unbemerkt. Das Sehvermögen ist noch nicht beeinträchtigt.
- Augenärzte können jedoch bereits Gefäßfehlbildungen und kleinste Blutungen erkennen. Lassen Sie darum regelmäßig die Spiegelung des Augenhintergrunds durchführen.

### Symptome der fortgeschrittenen Phase der Diabetischen Retinopathie

- Das Sehvermögen lässt nach, eine Korrektur durch Brillengläser ist nicht möglich.
- Leseschwierigkeiten bis zum Verlust der Lesefähigkeit
- Störung des Farbsinns
- Verschwommenes und/oder verzerrtes Sehen
- Das Auge bildet neue Gefäße, um die schlechte Durchblutung auszugleichen.
- Die neuen Gefäße wachsen manchmal bis in die Netzhaut und in den Glaskörper des Auges ein.
- Blutungsherde entstehen, die Betroffene als schwarze Flecken wahrnehmen (Rußregen).
- Fett lagert sich an den Gefäßen ab.
- Drohende Erblindung

### Therapie im fortgeschrittenen Stadium

Die Standardbehandlung bei der Diabetischen Retinopathie ist eine Laserbehandlung (Laser-Photokoagulation). Mit dem Laser werden geschädigte Blutgefäße verschlossen und Gefäßneubildungen zurückgedrängt. Hierbei können Nebenwirkungen wie Nachtblindheit und ein eingeschränktes Gesichtsfeld entstehen. Bei bestimmten Formen der Diabetischen Retinopathie (Makulopathie) ist die Stelle des schärfsten Sehens

auf der Netzhaut, die Makula, geschädigt. Diese kann durch wiederholte Injektionen in den Glaskörperraum des Auges mit VEGF-Inhibitoren behandelt werden. Das sind Antikörper, welche das Gefäßwachstum unterbinden. Eine andere Behandlungsmöglichkeit sind Kortisonimplantate.

**Ihr Augenarzt informiert Sie über die Erkrankung und die Therapiemöglichkeiten. Sie können in eine Augenklinik überwiesen werden.**

## Diabetes muss nichts ins Auge gehen

### Die beste Vorbeugung gegen Folgeschäden am Auge

- Gute Einstellung des Blutzuckerspiegels
- Gute Blutdruckeinstellung
- Verzicht auf das Rauchen
- Verzicht auf übermäßigen Alkoholgenuß
- Therapie einer bestehenden Störung des Fettstoffwechsels
- regelmäßige augenärztliche Untersuchung

### Für den Augenarzt sind die folgenden Informationen wichtig:

- Befunde und Verordnungen von anderen Augenärzten
- Verordnungen in der Diabetestherapie mit Arztbrief
- weitere Medikamente, zum Beispiel für Herz- und Kreislauferkrankungen
- Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln
- Besteht eine Schwangerschaft?

