Sri MANAKULA VINAYAGAR
Medical college and Hospital
*Kalitheerthalkuppam, Madagadipet, Puducherry- 605107*

MANA - KURAL
*The official podcast of SMVMCH*

**NAME OF RESOURCE PERSON:** DR.RENUGA DEVI.K

**PODCAST TITLE :** DIABETIC RETINOPATHY

**DEPARTMENT :**DEPARTMENT OF OPHTHALMOLOGY

**CATEGORY:** PUBLIC EDUCATION AND AWARENESS

## TRANSCRIPT

வணக்கம் ,நான் டாக்டர் ரேணுகா தேவி.k , ஸ்ரீ மணக்குள விநாயகர் மருத்துவ கல்லூரியின் கண் பிரிவு இணை பேராசிரியை ,நீரிழிவு நோயினால் கண்ணில் ஏற்படும் பாதிப்புகள் பற்றி உங்களுடன் பகிர்ந்து கொள்ள விரும்புகிறேன்.

நீரழிவு நோய் எனப்படும் சர்க்கரை நோய் ஒருவருக்கு தலை முதல் பாதம் வரை அனைத்து உறுப்புகளையும் பாதிக்கக் கூடியது. அதிக பாதிப்புக்கு உள்ளாகும் உறுப்புகளில் கண்கள் முக்கியமானவை. சர்க்கரை நோயாளிகளுக்கு கண் புரை, கண் நீர் அழுத்தம், விழித்திரை பாதிப்புகள் ஏற்படும் வாய்ப்பு அதிகம். நீரிழிவு நோயினால் கண்ணின் விழித்திரையில் ஏற்படும் பாதிப்பே Diabetic retinopathy எனப்படும் நீரிழிவு விழித்திரை நோய் ஆகும். நீரிழிவு நோயாளிகளில் 5 பேரில் ஒருவர் விழித்திரை நோயினால் பாதிக்கப்படுகின்றனர் .

நீரிழிவு நோயினால் இரத்தத்தில் சர்க்கரை அளவு அதிகரிக்கும் போது கண்ணில் உள்ள இரத்த நாளங்களை பலவீனப்படுத்துவதன் மூலம் விழித்திரை பாதிக்கப்படுகிறது. இந்த விழித்திரை பாதிப்பானது ஆரம்ப காலத்தில் எந்த அறிகுறிகளையும் ஏற்படுத்தாது. கட்டுப்பாடற்ற நீரிழிவு நோயினால் ஏற்படும் விழித்திரை பாதிப்பை ஆரம்ப நிலையிலேயே கண்டறிய தவறினால் கண் பார்வை இழப்பை ஏற்படுத்தும்.

நீண்ட நாட்களாக நோய் இருத்தல், கட்டுப்பாடற்ற இரத்த சர்க்கரை அளவு, உயர் இரத்த அழுத்தம், அதிக கொழுப்புச் சத்து, கர்ப்ப காலத்தில் நீரிழிவு நோய் பாதிப்பு, முறையற்ற வாழ்க்கை முறை மற்றும் உணவு பழக்கம், உடல் பருமன் ஆகியவை நீரிழிவு நோயாளிகளின் கண்களில் பாதிப்பை உண்டாக்கும் காரணிகள் ஆகும்.

நீரிழிவு நோயாளிகள் பார்வை மங்கலாக தோன்றுதல், பார்வையில் ஏற்ற இறக்கங்கள், கண்களில் பூச்சி பறப்பது போன்ற உணர்வு, திடீரென கண்களை மறைப்பது போன்ற அறிகுறிகள் இருப்பின் அலட்சியம் செய்யாமல் உடனே கண் மருத்துவரை அணுகி முழுமையான கண் பரிசோதனை மற்றும் தகுந்த சிகிச்சை முறைகளை மேற்கொள்வதின் மூலம் பார்வை இழப்பை தடுக்கலாம். நீரிழிவு நோயாளிகளிடம் விழிப்புணர்வை ஏற்படுத்தவும் ஆரம்ப நிலையிலேயே நோயின் பாதிப்பை கண்டறியவும் ஒவ்வொரு ஆண்டும் நவம்பர் 14 ஆம் தேதி உலக நீரிழிவு தினமாக அனுசரிக்கப்படுகிறது.

தாங்கள் நீரிழிவு நோயாளியாக இருப்பின் வழக்கமான நீரிழிவு நோய் பரிசோதனையுடன் முழுமையான கண் பரிசோதனை செய்து கொள்வது அவசியம்.விழித்திரை பாதிப்பு இல்லாதவர்கள் ஆண்டிற்கு ஒரு முறையும், லேசான பாதிப்பு முதல் கடுமையான பாதிப்பு உள்ளவர்கள் முறையே ஆறு மாதம் ,மூன்று மாதம் மற்றும் மாதந்தோறும் கண் பரிசோதனை செய்து கொள்ள வேண்டும்.

"வருமுன் காப்பதே சிறந்தது"
"நீரிழிவு நோயை கட்டுப்பாட்டில் வைப்போம்"
"கண்களை பாதுகாப்போம்"

**Signature of the Resource Person**

Dr. RENUGA DEVI.K,D.O.,DNB.,
Regd. No: 67567
ASSOCIATE PROFESSOR
DEPARTMENT OF OPHTHALMOLOGY
Sir Manakula Vinayagar Medical College & Hospital
Kalithcerthalkuppam, Madagadipet, Puducherry-605107.

**Signature of the HOD**

Dr. P.NALLAMUTHU, M.S.D.O.
Regd. No: 34734
Professor & HOD
Department of Ophthalmology
Sir Manakula Vinayagar Medical College & Hospital
Kalitheerthalkuppam, Madagadipet, Puducherry-605107.