ذیابیطس میں مبتلا لوگوں کی آنکھوں کے معائنہ کے متعلق حقائق

ذیابیطس کی وجہ سے آنکھ کے مرض کیلئے معائنہ بہت ضروری ہے۔ ابتدائی مرحلے پر مرض کو دریافت کرنے کیلئے یہ ایک مؤثر طریقہ ہے۔

نظر پر اثر پڑنے تک کا انتظار مت کریں۔ ذیابیطس سے متعلقہ آنکھ کے مرض کی عام طور پر اُس وقت تک کوئی علامات نہیں ہوتیں جب تک یہ بہت آگے نہ بڑھ گیا ہو۔ اُس وقت شاید علاج نہ ہو سکے۔ لہذا آنکھوں کا سالانہ معائنہ بہت ضروری ہے۔

براہ مہربانی یہ کتابچہ غور سے پڑھیں اور اگر آپ کو کسی قسم کی کوئی تشویش ہو تو اُس کے بارے میں ذیابیطس سے متعلقہ دیکھ بھال کرنے والی ٹیم سے بات چیت کریں۔

ساؤتھ مانچسٹر ڈائیبیٹک ریٹینوپیتھی سکریننگ سروس

Urdu T10581

تمام معلومات کو کیسے استعمال کیا جاتا ہے؟

- سب سے پہلے آپ کا ڈاکٹر آپ کا نام اور پتہ سکریننگ (چھان بین) سروس کے دفتر کو بھیجے گا۔
- آپ کو معائنہ کب کروانا ہے کہ متعلق یہ دفتر آپ کو خط کے ذریعے مطلع کرے گا اور معائنہ کرنے والے کو بھی آپ کی تفصیلات دے گا۔
- معائنہ کرنے والا، نتائج اس دفتر میں بھیجے گا، یہ دفتر حتمی نتیجہ آپ کو تحریری طور پر ارسال کرے گا اور آپ کے ڈاکٹر، ماہر چشم اور ہسپتال کے ماہر ڈاکٹر کو بھی بتائے گا۔
- نتائج کی تصدیق کیلئے ممکن ہے کہ معائنہ کرنے والوں کی فہرست میں سے کوئی دوسرا معائنہ کرنے والا یا پھر ماہر چشم آپ کی تصویریں دیکھے۔ اس کے علاوہ ممکن ہے کہ آپ کا اپنا ڈاکٹر یا ماہر ڈاکٹر بھی آپ کی تصویریں اور نتائج ملاحظہ کرے۔
- آپ کی تصویریں اور معائنہ کے نتائج کم از کم آٹھ سال کیلئے کمپیوٹر میں محفوظ رکھے جائیں گے۔

سکریننگ (چھان بین) کا طریقہ کار صرف اسی صورت میں کامیاب ہو سکتا ہے کہ اگر آپ کی معلومات کا تبادلہ کیا جائے اور اس طریقے سے محفوظ کی جائیں۔ کمپیوٹر سسٹم سکریننگ (چھان بین) سروس کا اہم حصہ ہیں۔ وہ اس بات کا دھیان رکھتے ہیں کہ آپ کو معائنہ کب کروانا ہے۔ اس کے علاوہ یہ خط بھیجنے اور معیار کی جانچ پڑتال کرنے میں مدد دیتے ہیں۔

ممکن ہے کہ آپ اپنی آنکھوں کا معائنہ نہ کروانا چاہیں، لیکن اس سے آپ کی بینائی کو خطرہ لاحق ہو سکتا ہے۔ اس معاملہ پر آپ کو غور سے سوچنا چاہیئے اور اپنے ڈاکٹر یا سکریننگ (چھان بین) سروس کے دفتر سے رابطہ قائم کرنا چاہیئے۔ یاد رکھیں نابیناپن کی سب سے بڑی وجہ ریٹینوپیتھی ہے۔ سکریننگ پروگرام مکمل حل تو نہیں لیکن یہ ذیابیطس کی وجہ سے بینائی کھو جانے کے خطرہ کو کافی کم کرتا ہے۔

ستمبر 2007
شائع کردہ
ساؤتھ مانچسٹر ڈی آر ایس ایس

ذیابیطس اور آپ کی آنکھیں

(ریٹنوپیتھی) یعنی پردہ چشم کی غیر سوزش کا مرض، ذیابیطس میں مبتلا کسی فرد کو بھی لاحق ہوسکتا ہے۔ چاہے اُن کا علاج انسیولن (ٹیکے)، گولیوں یا محض خوراک کے ذریعے کیا جا رہا ہو۔ عام طور پر لوگوں کو ریٹنوپیتھی کی علامات اُس وقت تک محسوس نہیں ہوتی جب تک وہ زیادہ نہ بڑھ گئی ہوں۔ اس لئے ذیابیطس میں مبتلا تمام افراد کیلئے ہر سال آنکھوں کا معائنہ کروانا بہت ضروری ہے۔ ابتدائی تشخیص کامیاب علاج کی کُنجی ہے۔

ریٹنوپیتھی سے پردہ چشم یعنی آنکھ کی اندرونی سطح تک خون پہنچانے والی رگیں اثر انداز ہوتی ہیں۔ نظر آنے والی چیزوں کے عکس ہمیں پردہ چشم کے ذریعے موصول ہوتے ہیں اور اسی کے ذریعے دماغ تک پہنچائے جاتے ہیں۔ خون کی یہ رگیں اتفاقاً بند ہوسکتی ہیں، رسنا یا بڑھنا شروع کرسکتی ہیں۔ اس سے پردہ چشم کا عکس موصول کرنے کا عمل متاثر ہوتا ہے اور اگر علاج نہ کیا جائے تو اس سے آپ کی بینائی کو نقصان پہنچ سکتا ہے۔

میں اپنی آنکھوں کی حفاظت کیسے کروں؟

ممکن حد تک بلڈ گلوکوس (دموی شکر) اور بلڈ پریشر (خون کا دباؤ) کی مقدار کو قابو میں رکھتے اور تمباکو نوشی سے پرہیز کرتے ہوئے آپ ریٹنوپیتھی کے خطرہ کو کم کر سکتے ہیں۔

اس کے علاوہ، 12 سال یا اس سے زیادہ عمر کے ایسے افراد جو ذیابیطس میں مبتلا ہیں اُن کو آنکھوں کا باقاعدگی سے معائنہ کروانا چاہیئے تاکہ ریٹنوپیتھی کی علامات کی نشاندہی ہو سکے۔

یاد رکھیں ذیابیطس سے متعلقہ آنکھوں کا معائنہ صرف ریٹنوپیتھی کی علامات کیلئے بغور معائنہ ہوگا۔ اس سے آنکھ کے دیگر امراض کی تشخیص نہیں ہوتی لہذا آپ کو آنکھوں کے ماہر ڈاکٹر کے پاس باقاعدگی سے جاتے رہنا چاہیئے۔ ممکن ہے کہ آپ دونوں معائنے اکٹھے کروا سکیں۔

معائنے میں کیا شامل ہے؟

مخصوص کیمرہ استعمال کرتے ہوئے پردہ چشم کی تصویریں لی جاتی ہیں۔ تصویر لیتے وقت روشنی کی ایک چمک نظر آتی ہے لیکن اس سے تکلیف نہیں ہونی چاہیئے۔

معائنہ کرنے والا آپ کی آنکھوں میں قطرے ڈالے گا۔ اس سے آپ کی بینائی دُھندلی ہوسکتی ہے، اس لئے معائنہ کروانے کے بعد چند گھنٹوں تک آپکو ڈرائیونگ کرنے سے پرہیز کرنا چاہیئے۔ کچھ دیر کیلئے آپ کی آنکھیں تیز روشنی سے متاثر ہوں گی لہذا کچھ گھنٹوں کیلئے دُھوپ والا چشمہ پہننا مددگار ثابت ہوسکتا ہے۔

کبھی کبھار، قطروں کی وجہ سے یکدم آپ کی آنکھ پر دباؤ بڑھ سکتا ہے۔ ایسا صرف اُس صورت میں ہوسکتا ہے جب آپ کو کسی وقت بھی اس تکلیف سے دوچار ہونے کا خطرہ ہو۔

معائنہ کے بعد، اگر کسی بھی آنکھ میں بہت درد ہو، یا آنکھ سُرخ ہو جائے یا دُھندلی بینائی کے ساتھ سر میں شدید درد محسوس ہو تو آپ کو فوراً مدد طلب کرنی چاہیئے۔ معائنہ کرنے والے کے ساتھ رابطہ قائم کریں یا پھر اپنے مقامی ہسپتال کے ایکسیڈنٹ اور ایمرجنسی ڈیپارٹمنٹ (شعبہ حادثات) میں جائیں۔

مجھے نتیجہ کب ملے گا؟

معائنہ ہونے کے بعد ممکن ہے کہ آپ کو ابتدائی نتیجہ بتایا جائے۔ تاہم غلطیوں کا خطرہ کم کرنے کیلئے اکثر ایک دوسرا فرد بھی تصویروں کا دوبارہ جائزہ لے گا۔ آپ کا حتمی نتیجہ آپ کے ساتھ ساتھ، آپ کے ڈاکٹر اور معائنہ کرنے والے کو تحریری طور پر بھیجا جائے گا۔

اگر مجھے فوراً واپس بُلایا جائے تو اس کا کیا مطلب ہوسکتا ہے؟

- ممکن ہے کہ ماہر چشم کو نظر ثانی کرنے کی ضرورت ہو اور اس کا مقصد آپ کی ریٹنوپیتھی کا علاج کرنا بھی سکتا ہو۔
- ممکن ہے کہ تصویریں صاف اور واضح نہ ہوں اور ہمیں مختلف معائنے کا بندوبست کرنے کی ضرورت ہو۔

کیا میری تصویریں کسی اور مقصد کیلئے بھی استعمال کی جاتی ہیں؟

آپ کی شناخت ظاہر کئے بغیر ممکن ہے آپ کی تصویریں پڑھانے اور تحقیق کرنے کیلئے استعمال کی جائیں۔ اگر آپ نہیں چاہتے کہ آپ کی تصویروں کو اس طریقے سے استعمال کیا جائے تو براہ مہربانی ہمیں بتا دیں۔