

## Em que é que preciso de pensar no dia?

### Dicas e conselhos práticos

- Traga consigo todos os óculos, lentes de contacto e soluções de limpeza de lentes de contacto que utilizar
- Traga óculos de sol, uma vez que as gotas oftálmicas poderão deixar os seus olhos sensíveis
- Traga uma lista de todos os medicamentos que tomar
- Poderá ser boa ideia que alguém o acompanhe à consulta
- As gotas oftálmicas poderão afetar a sua visão durante algumas horas, pelo que não deverá conduzir após a consulta

**LEMBRE-SE:** O rastreio visual é apenas uma parte da gestão da diabetes e a retinopatia diabética é tratável, especialmente se for diagnosticada numa fase inicial.



## Para ajudar a reduzir os riscos a que está exposto:

- Controle o seu nível de glicose no sangue da forma mais eficaz possível
- Consulte o seu médico regularmente para se certificar de que a sua tensão arterial não aumenta
- Vá às consultas de rastreio de diabetes ocular
- Se tiver algum problema de visão, procure aconselhamento médico
- Tome a sua medicação, conforme prescrito

### Mais informações

Para mais informações sobre o que precisa de fazer em seguida, consulte a carta de acompanhamento.

Para saber mais sobre o rastreio visual e a retinopatia diabética, visite:

[diabeticeye.screening.nhs.uk](http://diabeticeye.screening.nhs.uk)

[www.diabetes.org.uk/retinopathy](http://www.diabetes.org.uk/retinopathy)

ou utilize o seu smartphone para ler este código de resposta rápida



# O seu guia para o rastreio da diabetes ocular





## Por que razão devo submeter-me ao rastreio?

O rastreio da diabetes ocular é importante na medida em que ajuda a evitar perdas de visão.

Os olhos das pessoas que sofrem de diabetes correm o risco de

sofrerem danos associados à retinopatia diabética. O rastreio pode detetar a doença numa fase inicial, antes de notar qualquer diferença na sua visão.

### O que é a retinopatia diabética?

Esta doença ocorre quando a diabetes afeta os pequenos vasos sanguíneos, danificando a parte do olho designada por retina. Pode provocar fugas ou bloqueios nos vasos sanguíneos da retina, o que pode afetar a sua visão.

### Por que razão é que o rastreio é importante?

O rastreio visual é uma parte essencial dos cuidados a ter com a diabetes. Quando não é tratada, a retinopatia diabética é a causa mais comum de perda de visão de pessoas em idade ativa. Quando a doença é detetada numa fase inicial, o tratamento é eficaz ao reduzir ou evitar os danos causados à visão.

Lembre-se: o rastreio da diabetes ocular não faz parte dos exames normais realizados pelos oftalmologistas. O rastreio não procura detetar outras doenças.

Oftalmológicas, pelo que também deverá continuar a consultar o seu oftalmologista e fazer exames oftalmológicos regularmente.



## O que irá acontecer?



Colocamos gotas nos seus olhos para dilatar os seus olhos temporariamente. É possível que sintam um ardor causado pelas gotas.



Fotografamos a parte posterior dos seus olhos. A câmara não entra em contacto com os olhos. Enviamos as fotografias para um especialista que as irá analisar.



A consulta tem a duração de aproximadamente **30 minutos**.



Contactamo-lo a si e ao seu médico de clínica geral (GP) por escrito no prazo de **seis semanas**, informando-os dos resultados do rastreio.

## Respostas às suas questões



### Com que frequência?

Os rastreios são oferecidos uma vez por ano a todas as pessoas maiores de 12 anos que sofrem de diabetes.

### Há efeitos secundários?

As gotas oftálmicas poderão afetar a sua visão durante algumas horas, pelo que não deverá conduzir após a consulta.

### E se houver algum problema?

As fotografias dos seus olhos serão analisadas por um especialista depois do rastreio. Se houver algum problema ou se tivermos mais questões, poderemos chamá-lo para um novo exame.

### O que é que o rastreio pode detetar?

#### O rastreio pode determinar:

- Se há sinais iniciais de retinopatia
- Se precisa de uma consulta de acompanhamento para se decidir se precisa de tratamento
- Se precisa de fazer exames mais frequentemente