

آکسفرڈشایر میں ضیابیطس کے مریضوں کے لیے آنکھوں کے معائنے کی سروس
ضیابیطس میں آنکھوں کی پردے کی بیماری (diabetic retinopathy) کیا ہوتی ہے؟

ضیابیطس کی وجہ سے آنکھ کے پردے کی چھوٹی نسیں جب متاثر ہوتی ہیں تو اس مسئلے کو diabetic retinopathy (ڈیابیطک ریٹینوپیتھی) یعنی آنکھ کے پردے کی بیماری کہتے ہیں۔ ابتدائی حالت میں اس بیماری سے آپ کی بینائی متاثر نہیں ہوگی، لیکن اگر یہ تبدیلیاں زیادہ شدید ہو جائیں تو بینائی متاثر ہو سکتی ہے۔

ڈیابیطک ریٹینوپیتھی (آنکھ کے پردے کی بیماری) کا خطرہ ہو سکتا ہے اگر:

- آپ کو کافی عرصے سے ضیابیطس ہے
- آپ کے خون میں گلوکوز کی سطح پر ٹھیک کنٹرول نہیں ہے
- آپ کو بلند فشار خون (ہائی بلڈ پریشر) ہے
- آپ حاملہ ہیں
- آپ انسولن لے رہے / رہی ہیں۔

ضیابیطس میں آنکھوں کے پردے کی بیماری (ڈیابیطک ریٹینوپیتھی) کا معائنه کیا ہوتا ہے؟

معائنے سے مراد یہ ہے کہ باقاعدگی سے آپ کی آنکھوں کی جانچ پڑتال کی جائے تاکہ آنکھوں کے پردے میں رونما ہونے والی خاص قسم کی ایسی تبدیلیوں کی نشاندہی کی جا سکے جن سے آپ کی بینائی متاثر ہو سکتی ہے۔ ان تبدیلیوں کو بینائی کے لیے خطرناک ڈیابیطک ریٹینوپیتھی کے نام سے جانا جاتا ہے، اور یہ معائنه ایک ایسا با اثر طریقہ ہے جس کی مدد سے اس بیماری کی جلد از جلد نشاندہی کی جا سکتی ہے۔ اگر ہمیں بینائی کے لیے خطرناک ڈیابیطک ریٹینوپیتھی کا پتہ چلے تو ہم آپ کو آنکھوں کے معالج کے پاس بھیجیں گے۔

ڈیابیطک ریٹینوپیتھی کا معائنه کرانا کیوں ضروری ہے؟

یوکے میں کام کی عمر والی آبادی میں بینائی ختم ہوجانے کی بڑی وجوہات میں سے ایک بڑی وجہ غیر شناخت شدہ ڈیابیطک ریٹینوپیتھی ہے۔ یہ بیماری عام طور پر اُس وقت تک آپ کی بینائی کو متاثر نہیں کرتی جب تک آنکھ کے اندر ہونے والی تبدیلیاں کافی شدید نہ ہوجائیں۔

ضیابیطس کی وجہ سے آنکھ کی بیماری کافی عام ہے۔ اندازہ لگایا گیا ہے کہ ضیابیطس کے ہر 4 میں سے 1 مریض میں تشخیص کیے جانے کے 5 سال کے اندر کسی نہ قسم کی آنکھ کی بیماری کی علامات ہوتی ہیں۔ زیادہ تر لوگوں میں یہ تبدیلیاں معمولی ہوتی ہیں اور بینائی کے مسائل پیدا نہیں کرتیں۔ ہر سال ضیابیطس کے ہر 100 میں سے تقریباً 2 مریضوں کو ضیابیطس کی وجہ سے آنکھ کی ایسی بیماری ہو سکتی ہے جس کی وجہ سے اُن کی بینائی کو خطرہ پیدا ہو سکتا ہے۔

ڈیابیطک ریٹینوپیتھی کا ایک بااثر علاج میسر ہے جس کی مدد سے بینائی کے نقصان کو کم کیا جا سکتا ہے اور جتنی جلدی یہ علاج کروا لیا جائے اتنا ہی زیادہ بااثر رہتا ہے۔

آکسفرڈشایر میں ضیابیطس کے مریضوں کے لیے آنکھوں کے معائنے کی سروس (ODESS) سے متعلق کارآمد حقائق

آکسفرڈشایر میں ضیابیطس کے مریضوں کے لیے آنکھوں کے معائنے کی سروس آکسفرڈ آئی ہاسپٹل (آنکھوں کے اسپتال) میں ODESS آفس کے ذریعے چلائی جاتی ہے۔ علاج کے تمام دعوت نامے اور نتائج اسی آفس سے بھیجے جاتے ہیں۔

معائنے کا کام یا تو آنکھوں کے وہ ماہر (آپٹومیٹرسٹ) انجام دیتے ہیں جو کمیونٹی میں کام کر رہے ہیں یا آپ کی جی پی کی سرجری کے ٹیکنیشنز۔ ہر سال آپ کو ایک خط بھیجا جائے گا جس کے ذریعے آپ سے گزارش کی جائے گی کہ آنکھوں کے

معائنے کے لیے تشریف لائیں۔ یہ معائنے کرنے کے لیے ڈیجیٹل فوٹوگرافی استعمال کی جاتی ہے۔ آنکھوں کا معائنے ضیابیطس کی دیکھ بھال کا ایک اہم حصہ ہے۔ 12 سال اور اُس سے اوپر کے ہر شخص کو آنکھوں کے معائنے کے لیے بلایا جاتا ہے۔

آپ کی جی پی کی پریکٹس نے اگر یہ فیصلہ کیا کہ آنکھوں کا معائنے پریکٹس میں ہی کیا جائے تو آپ کو ODESS کو فون کر کے اپنا اپائنٹمنٹ بک کرانا پڑے گا۔ اگر آپ کی جی پی کی پریکٹس نے یہ فیصلہ کیا کہ اُن کے مریضوں کی آنکھوں کا معائنے آنکھوں کے مخصوص معالج (آپٹومیٹرسٹ) کے ذریعے کیا جائے تو آپ کو کانٹریکٹ پر کام کرنے والے آپٹومیٹرسٹس کی ایک فہرست بھیجی جائے گی اور آپ سے درخواست کی جائے گی کہ آنکھوں کا معائنے کرائیں۔ آپ کو چاہئیے کہ اُن میں سے کسی ایک آپٹومیٹرسٹ کو براہ راست فون کریں اور اپنا اپائنٹمنٹ بک کرائیں۔ اگر آپ نہ چاہیں تو یہ ضروری نہیں کہ آنکھوں کے معائنے کے ساتھ اپنی بینائی کا ٹیسٹ بھی کروائیں۔

اپائنٹمنٹ پر کیا ہوگا؟

معائنے کرنے والا (اسکرینر) آپ کی تفصیلات کی پڑتال کرے گا اور آپ کو معائنے کے

طریقہ کار کے بارے میں بتائے گا۔ آپ کی دور کی بینائی (visual acuity) کا معائنہ کیا جائے گا۔ پھر آپ کی آنکھوں کے اندر کے حصے کو پھیلا دیا جائے گا اور ایسا کرنے کے لیے ایک مخصوص قسم کی دوا استعمال کی جائے گی تاکہ آنکھ کی پتلی پھیل جائے اور اُس کا فوٹو لیا جا سکے۔ آنکھ میں ڈالی جانے والی دوا کو اثر کرنے کے لیے تقریباً 15 سے 20 منٹ درکار ہوتے ہیں اور یہ دوا ڈالنے کے بعد کئی گھنٹے تک آپ کی بینائی کچھ دھندلی ہو جائے گی، اور اس کی وجہ سے آپ کی ڈرائیونگ کرنے کی صلاحیت 2 سے 4 گھنٹے تک متاثر ہو سکتی ہے۔

معائنہ کرنے والا (اسکرینر) آنکھ کے پچھلے حصے (retina) کے کم سے کم دو فوٹو لے گا۔ کیمرہ آپ کی آنکھوں کو چھوئے گا نہیں۔ ہر فوٹو لیے جانے کے وقت آپ کو تیز روشنی کی ایک شعا دکھائی دے گی۔

مجھے اپنے ساتھ کیا لے جانا ہوگا؟

برائے مہربانی دور کی نگاہ والا عام استعمال کا چشمہ اپنے ساتھ لے کر جائیں۔ دھوپ کا چشمہ ساتھ رکھنا بھی سود مند رہے گا تاکہ معائنے کے بعد آپ اس کو پہن سکیں کیونکہ آنکھوں کے اندر کے حصے کو بڑا کیے جانے کی وجہ سے آپ کو ہر چیز بہت زیادہ روشن دکھائی دے گی۔

میرے اپائنٹمنٹ کے بعد کیا ہوگا؟

تمام تصویریں ODESS کو بھیج دی جائیں گی۔ پھر تربیت یافتہ کارندے اُن تصویروں کی پڑتال کر کے یہ دیکھیں گے کہ ڈایابیطک ریٹینوپیتھی کی علامات تو موجود نہیں ہیں۔ آپ کے اپائنٹمنٹ کے 3 سے 6 ہفتوں کے بعد آپ اور آپ کے جی پی کو آپ کی آنکھوں کے معائنے کے نتائج وصول ہوں گے۔

بیشتر لوگوں کو اگلے سال دوبارہ معائنے کے لیے بلایا جاتا ہے، لیکن کبھی کبھار معائنہ کرنے والے (اسکرینر) کو آپ کی آنکھوں کی اچھی تصاویر نہیں مل پاتیں۔ ایسی صورت میں مزید پڑتال کے لیے آپ کو جاہن ریڈ کلف ہاسپٹل کے ایک کلینک میں بھیجا جائے گا جسے slit lamp bio-microscopy کلینک کہا جاتا ہے۔

اگر آپ کی آنکھوں کے معائنے سے یہ پتہ چلا کہ آپ کو ایسی ڈایابیطک ریٹینوپیتھی ہے جس کی وجہ سے مستقبل میں بینائی کو نقصان پہنچ سکتا ہے تو مزید جانچ پڑتال / تشخیص کے لیے آپ کو آکسفرڈ آئی ہاسپٹل (آنکھوں کے اسپتال) میں بھیجا جائے گا۔

آنکھوں کے نارمل معائنے کے دوران میری آنکھوں کے فوٹو لیے گئے تھے۔ تو کیا مجھے آنکھوں کی جانچ کے لیے پھر بھی جانا پڑے گا؟

جی ہاں، آنکھوں کی جانچ کے لیے آپ کو پھر بھی جانا پڑے گا۔ ہائی اسٹریٹ کے بیشتر

آپٹومیٹرسٹ آنکھوں کے عام ٹیسٹ کے حصے کے طور پر آنکھوں کے پردے کے فوٹو
لینے کی پیشکش کرتے ہیں، لیکن یہ آنکھوں کے معائنے سے ایک الگ چیز ہے۔

ہم سے کیسے رابطہ کریں؟

آنکھوں کے معائنے سے متعلق اگر آپ کو کچھ پوچھنا ہو تو برائے مہربانی نمبر
01865 231586 پر **ODESS** آفس سے رابطہ کریں (صبح 8:30 سے شام
4:30 تک)، ای میل: odess@nhs.net

مزید معلومات

مندرجہ ذیل ویب سائٹوں پر مزید معلومات دستیاب ہے:

ODESS: www.oxfordradcliffe.nhs.uk/eyehospital/ODESS

NHS Choices: www.nhs.uk/Conditions/Diabetic-retinopathy

English National Screening Programme for Diabetic Retinopathy:

www.retinalscreening.nhs.uk

Helen Lipinski, Programme Manager, ODESS
Version 2, March 2011; Review, March 2014
Oxford Radcliffe Hospitals NHS Trust, Oxford OX3 9DU
www.oxfordradcliffe.nhs.uk/patientinformation

OMI 2893