

## Säännöllinen silmämepohjakuvaus auttaa havaitsemaan ja hoitamaan diabetesta

Diabetes on räjähdysmäisessä kasvussa - näöntutkimuksiin ei hakeuduta tarpeeksi usein

**Perjantaina 14.11 vietetään Maailman diabetespäivää. Diabetesta sairastaa noin puoli miljoonaa suomalaista, joista puolet tietämättään, sillä tauti on usein oireeton. Silmämepohjakuvaus on yksi tapa havaita diabetes ja sen sivuoireet aikaisessa vaiheessa.**

Jo yli 500 000 suomalaisen arvioidaan sairastavan diabetesta, ja määrä on lisääntymässä nopeasti<sup>1</sup>. Silmämepohjakuvaus voi paljastaa diabeteksen merkit jo hyvin aikaisessa vaiheessa. Silmämepohjassa tapahtuvat muutokset voivat kertoa ikääntymiseen liittyvien silmäsairauksien lisäksi myös alkavasta tai huonossa hoitotasapainossa olevasta diabeteksestä. Specsaversin kaupallisen kehityksen johtaja, optometristi Erkki Tala kuvailee diabeteksen kasvua räjähdysmäiseksi.

- *Sairastuneiden määrän on arvioitu jopa kaksinkertaistuvan 10–15 vuoden aikana. Tietysti myös tutkimus ja hoito on kehittynyt, mutta edelleen diabeteksen aiheuttamia haittoja voidaan parhaiten ehkäistä ja hoitaa havaitsemalla ne ajoissa. Kaikkien diabetesta sairastavien silmämepohjat tulisi tutkia säännöllisesti, Erkki Tala neuvoo.*

Diabetes aiheuttaa Suomen yhteiskunnalle myös suuria taloudellisia menetyksiä, joten varhainen havainnointi ja taudin hidastaminen tai pysäyttäminen on erittäin tärkeää. Jopa noin 15 prosenttia kaikista Suomen terveydenhuollon kokonaismenoista arvioidaan menevän diabeteksen hoitoon<sup>1</sup>. Määrää olisi mahdollista vähentää taudin aikaisella havaitsemisella ja elämäntaparemontilla ennen kalliiden hoitojen tarvetta.

- *Säännöllinen näöntutkimus parantaa paitsi näönterveyttä myös kansanterveyttä, Erkki Tala jatkaa.*

### Silmämepohjan tutkiminen on keskeinen diabeteksen seurantaväline

Erityisesti ikääntyvien ja diabeetikkojen on tärkeää tutkituttaa silmänsä ja silmämepohjansa säännöllisesti, jotta silmämepohjan muutokset voidaan havaita. Silmämepohjakuvasta voidaan havaita diabetekselle tyypillisiä muutoksia jo ennen sairauden diagnoosia. Diabeettinen verkkokalvosairaus eli retinopatia on tyypillinen diabeteksen liitännäissairaus.

- *Silmämepohjan tutkiminen on keskeinen diabeteksen seurantaväline, sillä diabetes heikentää verisuonten kuntoa, ja silmämepohja on ainoa kohta ihmiskehossa, jossa suonet voidaan nähdä kunnolla rikkomatta mitään rakenteita. Jopa kolmanneksella diabeetikoista muutoksia voidaan havaita silmämepohjassa jo ennen kuin diabeteksen diagnoosi on tehty, Erkki Tala kertoo.*

Specsavers Optikko on tehnyt jo 200 000 silmämepohjakuvauksen sisältävää kokonaisvaltaista näöntutkimusta. Tutkimuksissa on tehty runsaasti havaintoja myös diabeettiseen retinopatiaan viittaavista

muutoksista silmissä. Useissa tapauksissa optikon näöntutkimuksen yhtyedessä otetuista silmänpohjakuvista on havaittu ensimmäisenä muutoksia, jotka on myöhemmin todettu diabeteksen aiheuttamiksi.

### **Näöntutkimuksiin ei hakeuduta tarpeeksi usein**

Vaikka henkilön näkökyky olisi hyvä, silmistä ja silmänpohjasta saattaa löytyä muutoksia, joita ei tavallisessa näöntarkistuksessa havaita. Tyypillisimpiä havaintoja ovat erilaiset luomet, muutokset verisuonissa ja silmänpohjarappeumaan viittaavat muutokset. Useat muutokset silmien terveydessä ja jopa silmänsairaudet voivat olla pitkään täysin oireettomia.

- *Suomessa näönhuolto on enemmän ongelmalähtöistä. Tutkimuksiin hakeudutaan vasta, kun näössä on ongelmia. Silmälasien käyttäjille näönhuolto on luontevampaa, mutta ne, jotka eivät käytä lasia eivät myöskään koe automaattista tarvetta käydä näöntarkistuksessa. Neuvolan jälkeen näkö tutkitetaan helposti vasta, kun ikänäkö alkaa haitata nelikymppisenä, vaikka välissä voi tapahtua paljon. Näönhuoltoa ei vielä mielletä osaksi säännöllistä terveydenhuoltoa, Erkki Tala harmittelee.*

Specsaversin kokonaisvaltainen näöntutkimus sisältää esitutkimuksen, henkilökohtaisen näkötilanteen kartoituksen, digitaalisen silmänpohjakuvauksen, silmänpainemittauksen, silmien terveydentilan arvioinnin, taittovirheiden määrittämisen ja kirjallisen silmälasireseptin. Optikon kokonaisvaltainen näöntutkimus maksaa Specsaversilla 29 euroa.

---

<sup>1</sup> Diabetes Käypä hoito -suositus

### **Lisätietoja:**

Viestintäpäällikkö Irene Hernberg, Specsavers Finland, 040 662 5866, [irene.hernberg@specsavers.com](mailto:irene.hernberg@specsavers.com)  
Kaupallisen kehityksen johtaja Erkki Tala, Specsavers Finland, 040 5741192, [erkki.tala@specsavers.com](mailto:erkki.tala@specsavers.com)

**Specsavers Optical Group** on maailman suurin yksityinen optisen alan yhtiö, jolla on yli 1 700 optikkoliikettä Iso-Britanniassa, Irlannissa, Alankomaissa, Espanjassa, Australiassa, Ruotsissa, Norjassa, Tanskassa, Suomessa ja Uudessa-Seelannissa. Yhtiön kokonaisliikevaihto oli vuonna 2013 yli 2,3 miljardia euroa. Optikot Doug ja Mary Perkins perustivat Specsaversin vuonna 1984, ja se on edelleen perheyriety. Suomessa Specsavers aloitti heinäkuussa 2007, ja ketjun suomalaisten paikallisyrittäjien omistuksessa oleva liikeverkosto kattaa koko maan. [www.specsavers.fi](http://www.specsavers.fi)