

# 당뇨병에서 나타나는 눈의 변화

## -당뇨병성 망막증

당뇨병으로 나타나는 눈의 변화는 여러 가지가 있지만 그 중 가장 심각하고 중요한 것은 망막증이다. 당뇨병은 미세혈관계에 장애를 일으키기 때문에 수많은 미세혈관에 의해 시기능을 유지하고 있는 눈에서 그 합병증이 두드러지게 나타난다.



손준홍 교수 | 한길안과병원

### 당뇨 유병기간과 관계 해 나타나

**당**뇨병에 의한 실명은 25세 이후에 발생하는 실명의 가장 흔한 원인이 된다. 망막병증의 유병률은 당뇨병을 앓은 유병기간과 밀접한 관계가 있는데 제 1형 당뇨병환자의 경우 유병기간 5년 이하에서 약 15%, 15년 이상에서는 95% 이상이 망막병증이 발생한다. 제 2형 당뇨병환자의 경우에는 유병기간 5년 이하에서 약 30%, 15년 이상에서 약 80%가 망막병증이 발생한다. 이외에도 만성 고혈당증, 고혈압, 임신, 사춘기, 신장질환, 고지혈증 등이 망막병증의 발생과 진행에 영향을 미친다.

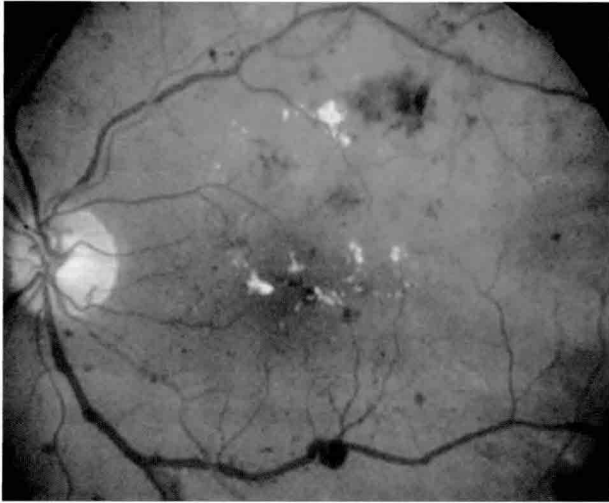
### 망막병증 발병과정

당뇨망막병증은 망막의 병변이 망막내부에 국한되어 있는 비증식성 망막병증과 망막으로부터 신생혈관조직이 유리체강 내부로 자라들어가는 증식성 망막병증으로 구분된다. 초기에는 가벼운 정맥확장과 혈관벽이 탄력을 잃으면서 파리처럼 부풀어 오르는 미세혈관류가

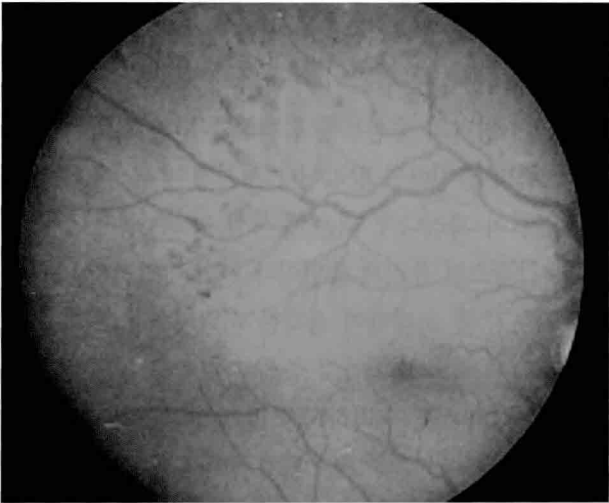
발생하고 좀더 진행하면 혈관투과성이 증가하면서 혈액성분이 빠져나와서 망막이 붓고, 출혈이 생긴다. 미세혈관이 막히면 혈액순환이 안 되는 부위가 늘어나고 망막내부에서 신생혈관이 자라나기 시작한다. 이러한 변화들이 망막의 중심부를 침범하게 되면 시력이 저하된다. 좀더 진행하면 망막이나 시신경 유두, 홍채 등에 신생혈관이 자라나게 되는 증식성 망막병증으로 발전되고, 갑작스런 유리체 출혈이나 견인 망막박리(망막이 떨어져나감)를 초래하여 심각한 시력저하를 초래한다. 초기내지 중기의 변화들이 중심부 망막을 침범하지 않는 경우 전혀 시력이 저하되지 않고 말기까지 진행되어 발견되는 경우가 흔히 있으므로 정기적인 검진이 필요하다.

### 시력감소 경험하게 되

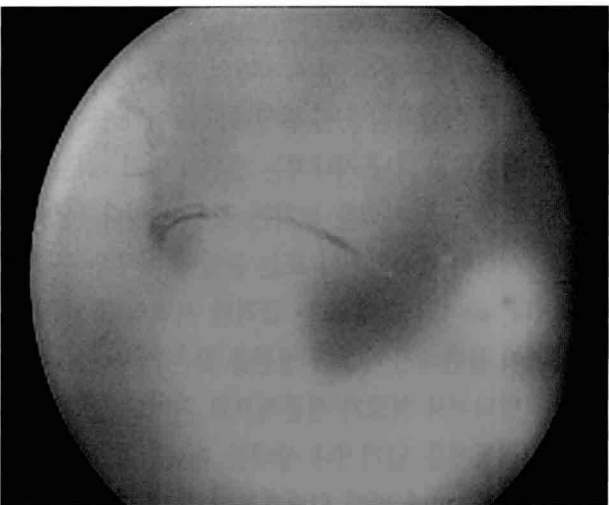
당뇨망막증은 대부분의 경우 시력의 감소가 서서히 나타나고 비문증(날파리증)이 발생해도 나이가 들어서 그렇다고 생각하고 그냥 지나치는 경우가 많기 때문에 조기진단과 치료의 기회를 놓치는 경우가 많다. 상당한 정도로 시력이 감소하거나 또는 눈앞에 어두운 구름이 보이거나, 시야의 장애 또는 급격한 시력의 소실 등으로 생활이 불편해진 다음에 병원을 찾은 경우에는 이미 너무 진행되어서 치료가 성공적으로 되어도 상당한 정도의 시력장애를 남기거나 상태를 개선시키기 곤란한 경우가 많다. 이에 반해 황반부종이 주로 나타나는 경우에는 뚜렷한 중심시력의 감소를 유발해서 초기부터



비증식성 당뇨망막병증



증식성 당뇨망막병증 - 망막으로부터 신생혈관조직이 유리체강 내부로 퍼진다



유리체출혈 - 증식성 망막병증이 발전하여 갑작스런 유리체 출혈 등으로 시력저하를 초래한다

시력감소를 경험하게 되는데 점점 책을 읽기가 힘들어 지거나 아침과 저녁 또는 컨디션에 따라서 시력이 변하는 현상을 경험하게 된다.

전체적으로 당뇨망막증에 의한 시력의 손상은 비증식성의 경우에는 너무 서서히 진행되는 경향 때문에, 반대로 증식성의 경우에는 너무 급격히 진행되어 시력개선의 여지가 있는 조기진단과 치료의 기회를 놓치게 되는 경향이 있다.

### 자주 검사하여 당뇨망막증을 예방하자!

위와 같은 안타까운 일(시력손상)을 방지할 수 있는 방법은 무엇이 있을까? 혈당조절을 잘 하고 좋은 몸 상태를 유지하는 것도 좋은 방법이 될 수 있으나, 어떤 치료로도 당뇨망막증의 발병과 진행을 완전히 억제하지는 못한다. 다시 말해서 정기적인 검사, 증상발병 이전의 조기진단이 매우 중요하다. 대부분의 당뇨전문의들은 적당한 시기가 되면 망막검사를 권유하고 있으므로 주치의가 권하는 적당한 시기에 안과검사를 받으면 된다. 적당한 망막검사 시기는 환자의 당뇨형태, 기증에 갖고 있는 망막증의 정도, 전신 상태에 따라 다르다. 제 1형 당뇨병에 의한 경우에는 발병 후 5년 이내에 망막증이 나타나지 않으므로 안과검사는 발병 후 5년 내에 받을 것을 권한다. 하지만 성인이 되어 당뇨병이 발병한 경우에는 대부분 정확한 발병 시기를 모를뿐더러 심한 경우는 시력의 감소 때문에 당뇨병을 진단 받는 경우가 있다. 따라서 진단 받는 시점에서 망막증에 대한 검사를 권유하고 있으며, 이후에는 망막에 아무런 이상이 없어도 최소한 1년에 한 번씩은 망막검사를 받아보도록 권유하고 있다. 망막증이 발병한 경우에는 그 정도와 단계에 따라 검사의 빈도는 달라진다. 보통 초기의 비증식성 당뇨망막증의 경우처럼 6개월에 한번부터 심한 증식성 망막증의 경우처럼 2~3개월에 한번까지 환자의 상태마다 다른 검사일정을 적용한다. 경우에 따라서 전신 상태에 따라서 다른 검사일정을 적용하기도 하는데, 신장질환이 심한 경우, 사춘기, 임신 같은 경우에는 일반적인 경우보다 자주 검사를 해야 한다. >