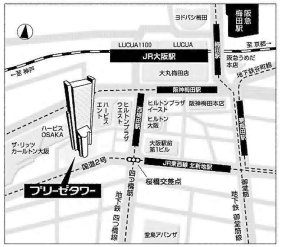
PR　企画・制作／読売新聞社広告局

「目のすべて展」 入場無料

10月9日(日)、10日(月・祝)の2日間、「目のすべて展」がプリーゼプラザ小ホールで開催される。今年のテーマは「目の健康維持のための日常生活の注意」。「白内障」や「緑内障」などについての特別講演のほか、最新治療法や眼鏡の選び方、上手な目薬の差し方などが紹介されます。専門医による目の健康相談（両日とも先着150人）も行います。※台風などの天候不良の場合は中止となることがあります。

9日(日)　正午開場
10日(月・祝)　午前10時開場
プリーゼタワー7階



会　場：プリーゼタワー7階「プリーゼプラザ小ホール」
（大阪市北区梅田2の4の9）
日　時：10月9日（日）正午開場
10月10日（月・祝）午前10時開場
主　催：大阪府眼科医会
後　援：大阪府、大阪市、大阪府医師会、大阪アイバンク、日本ライトハウス、読売光と愛の事業団大阪支部、読売新聞大阪本社

＜講演スケジュール＞

10月9日(日)	正午開場
・「アイバンクの話」(大阪アイバンク)	12:20～12:40
・「盲導犬の話」(日本ライトハウス)	12:40～13:00
・特別講演1 「白内障」	**13:00～14:00**
講師 大阪市立大学(市立柏原病院) 松本宗明先生	
・「加齢と眼鏡」(眼鏡組合)	14:00～14:20
・「上手な目薬の差し方」(福本敏子先生)	14:20～14:50
・特別講演2 「緑内障」	**15:00～16:00**
講師 関西医科大学 垰本慎先生	
・「眼底出血」(丸山耕一先生)	16:00～16:30
・「飛蚊症と網膜はく離」(米本壽史先生)	16:30～17:00
・「眼科における最新治療の紹介」(森下清文先生)	17:00～17:30
10月10日(月・祝)	**午前10時開場**
・「加齢と眼鏡」(眼鏡組合)	10:10～10:30
・「緑内障の話」(湖崎淳先生)	10:30～11:00
・特別講演1 「目の再生医療」	**11:00～12:00**
講師 大阪大学 大家義則先生	
・「アイバンクの話」(大阪アイバンク)	12:00～12:20
・「ロービジョンに関して」(日本ライトハウス)	12:20～12:40
・「感謝状贈呈」(大阪府眼科医会)	12:40～13:00
・特別講演2 「緑内障」	**13:00～14:00**
講師 大阪医科大学 河本良輔先生	
・「ドライアイ」(宮澤裕之先生)	14:00～14:30
・「アレルギー性結膜炎」(宮浦徹先生)	14:30～15:00
・特別講演3 「白内障」	**15:00～16:00**
講師 近畿大学 國吉一樹先生	
・「ｉＰＳ細胞と目の病気」(森下清文先生)	16:00～16:30
両　日	
▷目の健康相談（受付時間は9日12:00～16:00、10日10:00～15:00 いずれも先着150人まで）	
▷お楽しみ抽選会	
▷児童・生徒絵画展「出会いはメガネから始まる！」	
▷眼科啓発パネル展示	
▷大阪アイバンクコーナー	
▷日本ライトハウスコーナー	

目の健康維持考える

日常生活で予防心がけ

認知症 家族が気配りを

大阪市立大学（市立柏原病院）
松本 宗明 氏

1980年大阪大学薬学部卒業、87年大阪市立大学医学部卒業。94年同大学院医学研究科修了。米国タフツ大学医学部リサーチ・フェロー、大阪市立大学大学院医学研究科講師を経て2003年から市立柏原病院眼科部長。専門は白内障、網膜硝子体疾患。

見え方チェックで早期発見を

森下　日常生活の中で目の病気を早期発見できる方法はありますか。

松本　眼科では「アムスラーチャート」という検査がありますが、自宅でも簡単に検査をする方法があります。方眼紙を用意して真ん中に印をつけ、30センチくらい離した距離からそれを見ます。線がゆがんだり、欠けて見える場合は、黄斑部に何らかの病気が起こっている可能性があります。視力が低下する前に病気を早期発見できることがありますので、ぜひ試されることをおすすめします。

大家　片目の視力が落ちていると、自分ではなかなか気づかないことがよくあります。時々、片目ずつ見え方のチェックをすることも大切だと思います。

垰本　緑内障の場合、進行してから眼科に来られても治療が難しい場合があります。最近は新聞やインターネットなどで緑内障のセルフチェックができる簡単な検査が掲載されていますので、それを利用されるのもいいでしょう。また、40歳を超えたら緑内障や白内障を発症する患者さんが増えるということを認識していただき、一度眼科で眼底検査を受けることが大事です。

自分で点検 眼病防ごう

大阪府眼科医会理事
森下 清文 氏

1980年兵庫医科大学卒業。大阪医科大学講師を経て、91年大阪市北区で森下眼科を開業。専門は白内障、緑内障、眼底出血。市民への啓発活動をライフワークに各地で市民講座を開催している。

異常感じたら早めの受診を

松本　学童期に近視が進むことはよく知られていますが、実は大人になってからでも目の度数が変化することがあります。初期の白内障や加齢黄斑変性症の場合、変化が見られることがありますので、かかりつけの眼科医を持って度数の変化がないかを確認していただきたいです。

大家　最近、若い女性の間でカラーコンタクトレンズが流行っています。インターネットなどで簡単に購入できるようですが、目に直接装着するものですので、取り扱いに注意が必要です。特にレンズケースが汚れていると、レンズを介して角膜に感染が起こることが少なくありません。

國吉　緑内障や網膜色素変性症の場合、視野狭窄が主な症状です。初期段階では患者さんが気づかずに車を運転し、信号や歩行者を見落とすこともあります。視野狭窄の強い方は、車の運転に支障がないか主治医とよく相談してください。

松本　認知症が進行している高齢者の場合、ご自身で症状に気づかず、受診に来られた段階で緑内障が末期だったり、白内障がかなり重症化した状態であることが少なくありません。いずれの病気も末期になると治療が難しくなりますので、ご家族はできるだけ早く気づいて、眼科受診をサポートしてください。

森下　加齢以外で3コン（コンタクトレンズ、エアコン、パソコン）などが原因でドライアイも最近増えていますね。

國吉　ドライアイの症状は様々です。目が渇いた感じやゴロゴロ感、眼精疲労のほか、涙が流れる（流涙）という症状も多いです。涙は塩分、たんぱく質、脂肪で構成されていますが、このバランスが崩れると涙の質が変わってしまい、目の表面に涙が保たれにくくなります。そして涙が流れ落ちてしまって目が乾燥するのです。視力低下の大きな原因にもなります。

森下　最近はドライアイへの効果が高い点眼薬が多く開発されています。ドライアイだけでなく、多くの目の病気はちょっとした日常生活の心がけで防ぐことができます。日ごろからチェックと予防を行い、目にトラブルを感じたら早めに眼科を受診していただきたいですね。

ｉＰＳ細胞で研究

大阪市立大学（市立柏原病院）
松本 宗明 氏

1980年大阪大学薬学部卒業、87年大阪市立大学医学部卒業。94年同大学院医学研究科修了。米国タフツ大学医学部リサーチ・フェロー、大阪市立大学大学院医学研究科講師を経て2003年から市立柏原病院眼科部長。専門は白内障、網膜硝子体疾患。

森下　黒い虫のようなものが見える「飛蚊症」を気にする人も多いです。

大家　飛蚊症は目の奥の硝子体というゼリー状の部分に濁りが生じ、目の動きとともに虫が飛んでいるように見えるのが症状です。原因の多くが加齢です。年齢とともにゼリー状の硝子体がだんだん水に近くなって、網膜からはがれやすくなり、はがれた時に濁りが出るのです。このように、多くの飛蚊症の患者さんは加齢による「生理的飛蚊症」で、病気ではないのですが、注意が必要なのは網膜裂孔や網膜はく離が原因の場合です。飛蚊症の症状を感じたら、念のために眼科で眼底検査を受けてください。もし、網膜裂孔や網膜はく離であれば治療が必要です。

飛蚊症 網膜異常の場合も

森下　ｉＰＳ細胞の研究が注目されており、加齢黄斑変性症の患者さんの期待も高まっていますが、現実的には病気にならないように予防することが一番大事です。いったんこの病気にかかると、完璧に治すことが難しいとされています。まずは食生活など日常の生活習慣を見直してください。特に喫煙はいけません。ぜひとも禁煙に努めましょう。また、最近はこの病気への予防効果が期待されるサプリメントも普及していますので、工夫して食生活に取り入れてみることもいいと思います。