

毎月ある日は目の愛護デー

健診でしっかりと目の健康、



早期に見つけて 失明回避

湖崎 淳 院長
湖崎眼科(大阪市阿倍野区)

緑内障

眼科の疾患は、生活習慣と関係するものは少ない。患者さんからパソコンのやりすぎで、すか？、ドラマの見過ぎですか？と質問されますがほとんどがたまたまです。だから気を付けようがない。その最たるものが緑内障です。

緑内障の原因は、眼圧目の中の圧力がたまたまその個人の正常域から上昇したために視神経が減っていくこと。結果視野が狭くなり、ほっとおくと失明する病気です。緑内障の治療は、上昇した眼

圧を下げることです。治療の主体は点眼薬で、緑内障の点眼薬は30種類、先発品あります。この30種類をいろいろ試していきますが同じ効果や副作用の薬はなく、副作用それぞれ個性があります。初診時に眼圧の値、患者の年齢、進行時期からおよその目標眼圧を決め、眼圧の個性を考慮しながら処方します。受診日には眼圧を測定して効果を確認、副作用を聴取し、下降した眼圧が十分か、発生した副作用が患者さんにとって容認できるものなのかを検討し、点眼薬を調整します。点眼薬は1日1回から2回、1種類処方から2種類になり

ます。しかし、最も大切なことは指示通りに点眼を差すことです。どんなに優れた新薬であっても、差さなければ効果はありません。さらに、現在の進行速度で不自由のない生涯を送れるかを考え、眼圧下降が十分な場合は手術になります。手術の目的は、眼圧の下降であって緑内障が治るわけではありません。

わが国の失明原因の第1位は緑内障です。しかし、皆が失明するわけではなく、ほとんどの人が失明しません。大切なことは早期発見と治療の継続です。病気を治すためには、2〜3年ごとの定期検査し



山田晴彦 医師
関西医科大学(大阪市)

まずは血糖コントロールを

糖尿病網膜症

近年、わが国における糖尿病患者は増加の一途をたどっており、10人に1人を超える人が糖尿病か、糖尿病予備軍とされています。糖尿病網膜症とはこのような糖尿病にかかった人の3割超に起こる目の病気です。日本人の後天的な失明原因の上位を占めます。糖尿病にかかった直後から悪くなるわけではなく、10年以上血糖がうまくコントロールされていない場合などに出てくる病気です。

最初は無症状なのですが、視力が下がったり、眼内に出血して視界が真っ暗になったりします。治療せずに置いておくと失明するため、糖尿病になれたらできるだけ早いうちに眼科にかかって定期的に通院や治療が必要です。

糖尿病で視力が落ちるのは、眼球の奥の網膜にある、物を見る中心の黄斑部というところが腫れるのが原因の一つです。これを糖尿病黄斑症と呼んでいます。最近この糖尿病黄斑症によく効く薬が開発されました。最近ではこの治療を受ける人が増えており、患者さんたちにとっての選択肢としては素晴らしいのですが、やはり糖尿病を長くしていくには一にも二にも血糖コントロールです。常に食べる物に注意すること、運動をすること、その上で適切に薬を使っていくことが血糖コントロールに役立ちます。

10月10日は目の愛護デー。厚生労働省が主催し、毎年各地で目の健康に関する活動が繰り広げられてきた。しかし、今年新型コロナウイルスの影響から予定していた行事が軒並み中止を余儀なくされている。そんな中、「人生100年、目を大切に。お近くの眼科医にご相談ください」をスローガンに、目の健康維持と病気の早期発見、治療などに取り組んでいる大阪府眼科医会の医師に、白内障や緑内障などの病状と対策、注意点について聞いた。

ごあいさつ



一般社団法人 大阪府眼科医会会長 佐堀 彰彦

大阪府眼科医会は1893(明治26)年の創立以来、127年の歴史と伝統を有する日本最古の眼科医会です。1993(平成5)年の創立100周年を機に、より公益性を重視し、社団法人化してほぼ四半世紀になります。当会には大阪府内で眼科診療を行っている眼科開業医・病院勤務医のほぼ全員が加入しており、会員数は現在約1350人に及んでいます。

昨今はインターネットの普及やマスメディアの健康ブームによって、巷には眼科に関する玉石混交の医療情報が氾濫しています。そんな中で正しい眼科医療のあり方を皆さまにお伝えし、地域の眼科医療の充実を図っていくことが眼科医会の責務と考えております。

当会では、月1回第2金曜日の「目の健康」電話無料相談をはじめ、府内5大学眼科学教室の教授による7月の市民公開講座、1年365日を通じての大阪市中央急病診療所への会員眼科医の派遣、小中学校を中心とした眼科学校医活動、低視覚者の方への支援活動、大阪アイバンクや日本ライトハウスなど眼科関係諸団体への助成事業などさまざまな社会的事業を展開し、1年を通じて府民の目の健康・福祉の向上に寄与しております。

また、10月の日祝連休2日間は、10月10日の「目の愛護デー」にちなみ、できるだけ多くの方々に「目の健康」について関心を持っていただくこと、毎年、梅田のブリーゼプラザで会場無料の「目のすべて展」を開催しております。今年は47回目の予定でしたが、残念ながら新型コロナウイルス感染症予防の観点から中止ざるを得なくなりました。

府眼科医会では、講習会や勉強会を通して眼科医会会員全体の倫理の高揚と資質の向上を図りながら、府民の皆さまのご期待に応えるべく、眼科に関する地域医療の充実と府民の目の健康の保持増進に、なお一層努めていきたいと考えております。

加齢黄斑変性は、加齢によって網膜中心部の黄斑が傷み、視力低下をはじめ、見た目の部分が暗くなったり、ゆがみが生じたりする疾患です。50歳以上の男性に多い傾向があり、異常を感じたらためらわずに早期受診するのが大切です。

発症の要因は、滲出(しみ)型と萎縮型に分類されます。滲出型は網膜の下から毛細血管が壊れて、出血や血液の成分が漏れてゆがみが生じ、急激に視力が低下していきます。萎縮型は、網膜の細胞が老廃物が蓄積し、徐々に網膜が萎縮して進行は穏やかです。

検査は、視力検査をはじめ、格子状模様の表でゆがみを診る「アンダーチャート」、網膜の断面像を撮影して微細な異常を検出する「光干渉断層計」や蛍光眼底造影などがあります。治療は、滲出型では新たな血管の増殖や成長を抑える薬剤を目の中に注射したり、悪い血管に薬剤を集め、網膜へのダメージを抑えながらレーザーを当てたりします。いずれも継続的な検査と治療が必要で、医療費補助制度の申請も可能です。

格子状模様の ゆがみには注意

加齢黄斑変性

2〜3カ月に一度は片目ずつ見え方に異常がないかを確認してみてください。格子状の物がゆがんで見えたりしないかが目安の一つになります。早期発見が非常に重要ですが、新薬が重要で、検査も必要です。診察所や病院では対策を講じているので、異常を感じた場合は早めに相談してください。

原因は加齢によるものが最も多く、加齢性白内障と呼ばれています。その他、アトピーや糖尿病などの全身疾患に合併する白内障、生まれつきの先天性白内障、外傷による外傷性白内障、ブドウ膜炎などにより発症する白内障、また放射線やステロイドなどの薬剤による白内障もあります。症状としては目がかすんだり、昼間の太陽が以前よりまぶしく感じ、明るい所では見えにくくなったり、物が二重

三重に見えたりします。そして徐々に視力が低下していき、視力が低下します。治療としては、日常生活に不便がない間は白内障の進行を遅らす点眼薬などを使用しますが、日常生活に不便を感じるようにならなければ、濁った水晶体を人工の水晶体(眼内レンズ)に入れ替える手術をします。最近の白内障手術は安全性が向上し小さな切口で手術できます。全身状態や通院の状況に問題がなければ、日帰り手術も可能ですが、入院手術が日帰り手術か主治医の先生とよく相談してください。

人生100年、いつまでもよく見える目で!

白内障

尾上晋吾 院長
尾上眼科医院(大阪市阿倍野区)

す。栄養バランスの良い食事、特に抗酸化成分が多い魚や野菜も摂取するようにしましょう。

2〜3カ月に一度は片目ずつ見え方に異常がないかを確認してみてください。格子状の物がゆがんで見えたりしないかが目安の一つになります。

早期発見が非常に重要ですが、新薬が重要で、検査も必要です。診察所や病院では対策を講じているので、異常を感じた場合は早めに相談してください。

く相談されて決められたらよいと思います。また、視力が長く続くと認知症になりやすいという説もありますので、少しでも不便を感じたら主治医の先生と手術時期について、よく相談してください。

最近では眼内レンズの種類も多く、遠近ともよく見え、眼鏡なしでの生活もできるという眼内レンズもありますので、ご自分のライフスタイルに合ったレンズを主治医とよく相談してください。



福本眼科クリニック(大阪市阿倍野区)

福本敏子 院長