眼とメガネの健康情報

白内障

昔は眼の奥が白く見えるので「しろそこひ」や「うみそこひ」と言われ、眼の中でカメラのレンズと同じ働きをしている水晶体という部分が白く混濁するために、網膜に光が届きにくくなり視力低下を起こす病気です。

白内障で最も多いのは加齢に伴う老人性白内障で、紫外線が大きな原因の一つです。40代で2割、50代で4割、60代で5割以上、80歳以上になるとほぼ全員に白内障による視力低下が認められます。また、加齢以外にも白内障になる原因として外傷性、アトピー性、糖尿病性、先天性等があります。

白内障は進行に個人差があり、中心から進行する方は早期に視力の低下を自覚しますが、周辺から進行する方は80歳を過ぎても視力低下を意識しない人もいます。

白内障は水晶体が混濁し始めると薬などで治すことができないと言われています。主に点眼薬や内服薬は進行予防を目的としており、特に初期のうちから点眼薬を使用することで進行を遅らせる事が出来ると思われます。

白内障が進行した場合は手術で混濁を除去する必要があります。現在、白内障手術の術式として大きく分けて3種類あり、一つは嚢内摘出術(ICCE)で水晶体をカプセルごと取り出す為、水晶体全摘出術とも言われています。二つ目に嚢外摘出術(ECCE)で水晶体の前部に穴を開け、水晶体のカプセルを残して水晶体核をそのまま取り出す方法で、ICCEと同じく幅広な切開が必要です。三つ目として超音波白内障手術(PEA)でECCEと同じく水晶体前部に穴を開けますが、混濁した水晶体を超音波で破砕しながら、吸引するのでECCEに比べて角膜切開創も約3mmと小さいので術後の乱視の発生が少ないと言われています。

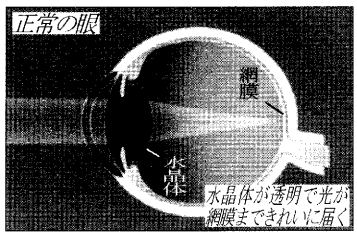
主流の術式として現在はPEAであり、その中でも「縫わない手術」が増えています。これにはIOL(眼内レンズ)の素材がPMMAからアクリルやシリコンに移行したのも大きな要因です。従来IOLの直径が約6mmのため、PEAでもIOL挿入時には結局角膜切開創を約7mmに広げる必要がありましたが、素材を換えることで、挿入時レンズを変形させ小さな切開創で挿入できるようになりました。

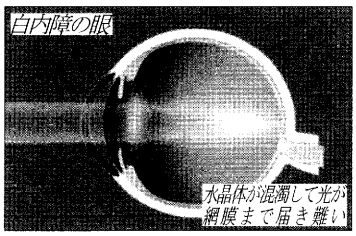
但しECCEやICCEを行わないのではなく、手術を受けられる方の眼の状態や合併症を踏まえた医師の考え方で決まります。白内障は緊急の手術を必要としないので医師と話し合ったうえで手術をするのが望ましいと思います。

白内障は進行を自覚することが難しい病気ですが、その対策には紫外線カット付の日傘やサングラスは効果的です。積極的な使用をおすすめします。

また先にお話したPEAは砕き易い適度な硬さがありますので、ベストなタイミングを逃さない為にも60歳を過ぎたら1年に1～4回は眼科の検診をおすすめします。

竹山クリニック
医院長　来宝紀子監修





今月のコラム

楽しい休日の過ごし方

街角の夏の風物詩

初夏を迎えるにあたり、皆様いかがお過ごしでしょうか。

梅雨の合間の晴れ間を縫って、浅草の街を散歩してきました。

浅草といえば、まず思い出すのは、雷門の大提灯。

観光客で賑わう仲見世通りを抜けると、古い木造の建物が軒を連ねる、昔ながらの風情ある街並みが広がります。

お目当ては、創業100年を超える老舗の和菓子屋。

ショーケースに並ぶ、色とりどりの和菓子を眺めているだけで、心が和んでいきます。

今回、私が選んだのは、季節の移ろいを表現した、繊細な一品。

口に入れた瞬間、優しい甘さが広がり、思わず「美味しい」と呟いてしまいました。

お土産に、お煎餅も数種類購入。

帰宅後、お茶と共に頂いたところ、香ばしい風味と、歯ごたえの良さに、大満足でした。

浅草寺の境内を抜けて、隅田川のほとりを歩いてみました。

川面を吹く風は、涼しく、心地よい。

遠くに、スカイツリーが、その姿を現しています。

川沿いの遊歩道は、ジョギングをする人や、犬の散歩をする人で、賑わっています。

ベンチに腰掛けて、しばらくの間、ぼーっとしていました。

日常の喧騒から、少しだけ、離れることができました。

夕方、再び、雷門を通り抜けて、帰路についました。

夕焼けに、染まる空を、見上げながら、今日一日を、振り返りました。

特別な、何かがあったわけではありません。

ただ、ゆっくりと、時間が、流れていました。

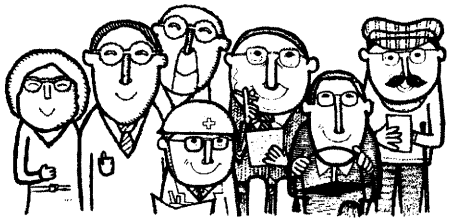
忙しい、日々の中で、こんな、ゆとりを、持つことが、大切なのかもしれません。

来月は、どこへ、出かけようか、今から、楽しみです。

鴨居店　M

なかむらの検査担当者は全員、日本眼鏡技術者協会の認定眼鏡士のライセンスを取得しています。

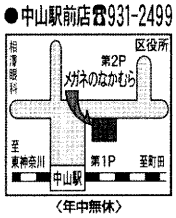
メガネ作りは、知的で高度な技術の作業です。



――ベターなものより－ベストなものへ――
あなたの目を守る――メガネ専門店
なかむら

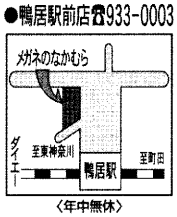
●中山駅前店▷〒226-0014 横浜市緑区台村町290 ☎(045)931-2499(代)
●鴨居駅前店▷〒226-0003 横浜市緑区鴨居1-7-1 ☎(045)933-0003(代)
営業時間 AM10:00～PM8:00

●中山駅前店☎931-2499



〈年中無休〉

●鴨居駅前店☎933-0003



〈年中無休〉

中山商店街第1・第2駐車場（1時間無料）