

眼とメガネの健康情報

アイプロテクションレンズをご存知ですか？

既に、紫外線（UV）が眼に悪いことは皆様もご存知の事と思います。紫外線は角膜や水晶体にダメージを与え、白内障や角膜の炎症などを始めとした眼病の原因の一つとされています。

また、最新医療ではブルーノイズによる眼疾患が発表され、最近テレビなどでも話題に上がることが多くなりました。

ブルーノイズとは？

ブルーノイズとは、眼に見える光の内、紫外線と隣り合わせの光で、紫、藍、青の短波長に属する光の事を言います。（図1参照）

紫、藍、青の短波長は光のエネルギーがとて強く、角膜、水晶体を抜けた目の奥にある網膜に対してダメージを与えます。このブルーノイズが原因の一つとされる眼病に、加齢黄斑変性症などが挙げられています。

今までは紫外線（UV）カット付レンズが当たり前でしたが、UVカットだけでは防げないブルーノイズが原因による眼病が発表されたことにより、このブルー

の状態を保ちます。

アイプロテクションレンズ

眩しさや短波長の光を和らげるには、レンズに色を付ける事が効果的です。ただ、単にレンズに色を入れるだけでは、時には暗く見えたりすることがあります。しかし今回紹介するアイプロテクションレンズは特殊な染料によりそれらの問題をクリアしています。

この特殊な染料は、人が出来る中波長、長波長域（黄、橙に属する光）の可視光線を眼の中に多く取り入れる事により、ブルーノイズをカットしつつ明るさを確保します。

もう一つは、視界のチャツキやボヤケの原因となる短波長をカットすることで、コントラスト感覚が上がり、色による明暗や濃淡をより協調させる事で、はっきりと物を見ることが出来るようになります。良好な視野



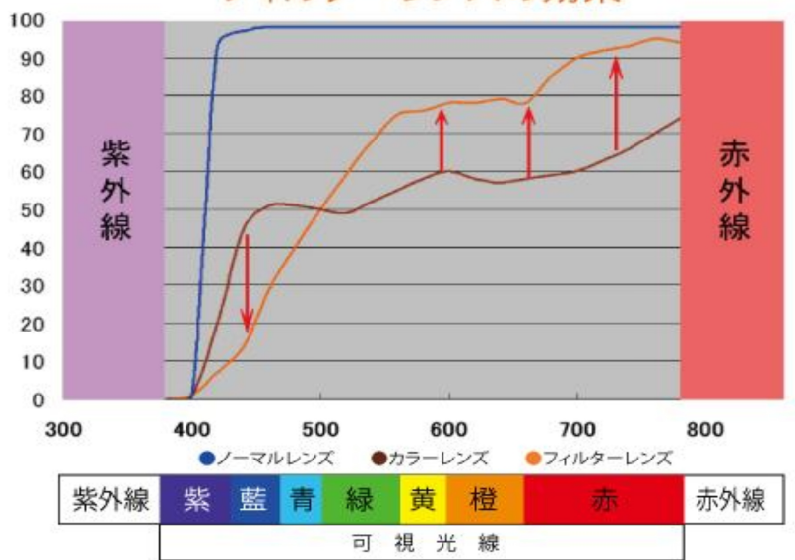
店頭で体験レンズをご用意してあります。眼を保護する新しいレンズを、この機会に一度お試しください。ご来店をお待ちしています。

今月のコラム

ここ10年ぐらい朝ヨーグルトを食べています。はっ酵食品は身体にいいし、持病の花粉症にも効果があるらしく続いています。（確かに花粉症は以前より楽になった気がします）

ヨーグルトの銘柄は、妻が多分その日スーパーで一番安いものを買ってくるのでしよう、まちまちです。ちよっと前にカスピ海ヨーグルトが流行りましたが、

(図1) フィルターレンズの効果



あれは美味しくなかったです。すね！でも、なぜあんなに商品によって味や舌触り、数日たった時の酸味の出具合が違うのでしょうか。不思議に思ったことはありませんか？

インターネットで調べてみると、「ヨーグルトに使用される乳酸菌は、腸内にすむ菌とはタイプが全く違い、日本では主にブルガリア菌、サーモフィラス菌、アシドフィルス菌群、各種ビフィズス菌などが使われています。乳酸菌の種類やはその時間により、ヨーグルトの風味・香りなどが変化します。」とありました。各乳製品メーカーのホームページを見ると自社が使用する乳酸菌の効果が謳われています。使用する乳酸菌の種類によって味も効果も違うのなら、自分の身体に一番合うのはどれか知りたくありませんか？女性が自分にあった化粧品を探すように、自分にあったヨーグルトを客観的に探す方法はないのでしょうか？乳酸菌は奥が深そうなので時間を掛けて調べることにします。

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

なりむら

Optical Shop

Nakamura

中山駅前店

〒226-0014 横浜市緑区台村町290
☎ (045)831-2499(代) AM10:00~PM8:00
＜年中無休＞ 中山商店街第1・第2駐車場（1時間無料）

鴨居駅前店

〒226-0003 横浜市緑区鴨居1-7-1
☎ (045)933-0003(代) AM10:00~PM8:00
＜年中無休＞

ららぽーと横浜店

〒224-0053 横浜市都筑区池辺町4035-1(3F)
☎ (045)414-2424(代) AM10:00~PM9:00
＜年中無休＞