

DR.YOKO's Cafe

体にちょっと優しいお話し

健康づくりで気をつけたいポイントや病気の予防方法をお伝えします。

今月のテーマ

緑内障について知ろう

緑内障は、世界中の国で、中途失明の原因として挙げられる病気であり、日本でも、現在の失明原因の第一位が緑内障です。しかしながら、治療の進歩により、緑内障は早期発見・早期治療をすれば、失明する可能性の低い病気になってきました。緑内障による失明を減らすには、私たち一人一人が緑内障という病気を知ることが大切です。

3月の「世界緑内障週間」でも、世界中で緑内障の啓発活動が行われました。



緑内障とは

眼球は、目の中を循環する液体（房水）によって、ほぼ一定の圧力が眼内に発生し（眼圧）、形状が保たれています。

緑内障とは、主にこの眼圧が高くなることにより視神経が傷つき、徐々に視野が狭くなっていく疾患です。日本における中途失明の原因第一位となっています。40歳以上の20人に1人、70歳以上の10人に1人が緑内障であると言われています。

しかし、眼圧が正常値でも緑内障になる「**正常眼圧緑内障**」が緑内障患者の多くを占めていることも判明しており、眼圧測定のみでなく、眼底検査・視野検査も緑内障の早期発見において非常に重要です。



緑内障の症状

緑内障の自覚症状としては、見えない場所が出現する、あるいは見える範囲が狭くなるという症状が最も一般的です。

急激に眼圧が著しく上昇した場合（急性緑内障発作）は、眼痛・充血・眼のかすみのほか、頭痛や吐き気を自覚することもありません。

【9割は気づかず放置】多くの場合、緑内障は視野が狭くなるペースがとてもゆっくりなので、初期の段階では視覚障害があっても病気に気が付く人はほとんどいません。また、両目はお互いの視力を補い合う性質があるので、自覚症状で気が付く頃には、緑内障が進行していることも多いと言われています。



早期発見・早期治療を

【緑内障の治療】

1. 薬物治療
緑内障のタイプ・重症度・眼圧値などにより、適した点眼薬を用いる。
2. レーザー治療
眼の一部にレーザーで穴をあけて、眼内を循環している液体（房水）の流れを変え、眼圧を下げる。
3. 外科的治療（手術）
薬物治療やレーザー治療が奏功しなかった場合に行われる。眼内を循環している液体（房水）を排出しやすくする。

緑内障の治療はあくまで病気の進行をゆっくりにするためのものであり、喪失した視力や視野は、治療によって取り戻すことができません。

最も重要なのは、早期発見・早期治療です。健診での眼底検査などで異常を指摘されなくても、40歳を過ぎたら一度は眼科で検査を受けるようにしましょう。

緑内障は、早期発見がとても重要です。通常の健診の中では、視力、眼圧、眼底検査が一般的ですが、緑内障診断に欠かせない視野検査はあまり実施されていないのが現状です。目に症状を感じなくても、健康診断で眼圧・眼底検査に異常がなくても、40歳を過ぎたら眼科を受診し、一年に一回、視野検査も受けましょう。さらに、画期的な検査でもある「OCT検査」を受けることにより正常眼圧緑内障を早期に発見できます。

目は、とても大切な臓器です。私達は見えて当たり前の様に思っていますが、目が霞む、見えにくいなどの症状は生活の質が低下する大きな原因の一つです。目のメンテナンスをしっかり行うことが健康長寿のために大切だと実感しています。



せんだい総合健診クリニック 院長 石垣洋子

緑内障の検査

健康診断などで受ける眼底検査でも緑内障の可能性がわかります

眼圧検査

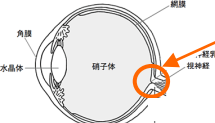
患者さんの目に器械を直接接触させて眼圧を測定する器械や、目に圧縮した空気を吹き込んで眼圧を測定する器械など、いくつかの種類がある。

日本人の眼圧の正常範囲は、だいたい10～20mmHgです



眼底検査

視神経の障害の程度を判定するために行う検査。視神経の眼球の出口（視神経乳頭）には小さくくぼみがあり、緑内障だとこのくぼみが広がる。健診では「視神経乳頭陥凹拡大（しんけいにゆうとうかんおうかくくだい）」と記載されるので、この所見があったら早めに眼科受診を。



視神経乳頭
眼圧が高くなると視神経が障害され凹み（くぼみ）が広がる

超高速光干渉断層計（OCT）

また、近年では視神経を客観的・立体的に捉えることができる三次元画像解析装置が発達。超高速光干渉断層計（OCT）は、網膜を輪切りにした画像を見ることができ、視神経の厚みや陥凹の程度を測定しやすい。

視野検査

見える範囲を調べる検査。特殊な機械の前に座り、小さな光が見えるか見えないかでボタンを押す。緑内障の進行具合を判断するために重要な検査。

隅角検査

主に緑内障の診断のために行う検査。専用のコンタクトレンズを用いて、目の中を循環する液体（房水）が眼から出入りする場所（隅角）を観察し、狭くなっていないか、詰まっていないかなどを診る。



医療法人社団進興会

せんだい総合健診クリニック

住所 〒980-0811
宮城県仙台市青葉区一番町1-9-1
仙台トラストタワー 4F

TEL 022-221-0066(代表)

URL <https://www.sskclinic.jp/>

記事についてのお問い合わせ ☎022-221-1274