



## 中高年の目の病気

千葉県医師会健康教育委員会

麻薙 薫 医師



歳を取ると、視力が低下するのは当たり前と思いい、我慢している事はありませんか。中高年の中途失明原因の1位は緑内障、2位は糖尿病網膜症、次に網膜色素変性症、更に最近増加している加齢黄斑変性症と続きます。網膜色素変性症には有効な治療法が未だ確立されていません

が、その他は早期発見、早期治療により失明を防ぐ事が出来る病気で、治療困難でした加齢黄斑変性症にも新しい治療法が開発されています。

数年前までは住民基本健診に眼底撮影検査項目が入っており、視神経乳頭陥凹や黄斑部の変化など大変有効な情報がありました。眼底撮影が必須項目からはずれた現在は、ご自身で注意する事が重要です。

目はカメラに例えられ、レンズは角膜・水晶体、フィルムは網膜、画像をコンピューターなどに保存するためのケーブルは視神経に相当します。ちなみにコンピューターは大脳です。カメラ部品のどこに故障があっても良い写真が撮影できないのと一緒で、目に異常があると良い視機能は得られません。

通常は二つの目が相補い合っただけで見ているため、片目に起った異常にはなかなか気付きません。時々、

距離を決めておき、手の平などでそっと片目を隠し、掛け時計の文字盤とかカレンダーの文字等を見て、左右の目の見え具合に差が無いかとチェックをする事が大事です。

霧がかかっている、曇って見えるなどの症状では白内障、角膜の病気などが疑われます。周りは見えるが見ようとした所が暗い、見にくい、物の大きさが左右違って見える、歪んで見えるなどの症状は黄斑変性症などの網膜の病気が疑われます。もし異常に気付いた場合は早めの眼科受診をお勧め致します。糖尿病治療中の方は眼合併症の有無の定期的チェックを是非お願いします。日本人の40歳以上の約20人に1人は何らかの緑内障状態とも言われておりますが、緑内障は進行するまでほとんど自覚症状がありませんので、是非眼科を受診し、検査をお受け下さい。良い視力を保つためにも。