

瞳想い・・・ 2010 秋号

日帰り白内障手術実施医院
医療法人 平田眼科だより



特集

唾液は、美と健康のカギ！
お口の中、潤っていますか？
優しい易しい介護術～車椅子への移動のコツ～
折り紙セラピー～水鳥2種と羽ばたく鳥～

表紙写真：ペンタス



平田眼科理事長
平田 國夫

(日本眼科学会認定眼科専門医)



白井 久行

(日本眼科学会認定眼科専門医)



伴野 泰一

(日本眼科学会認定眼科専門医)



平田 文郷

(日本眼科学会認定眼科専門医)



小牧平田眼科院長
久田 廣次

(日本眼科学会認定眼科専門医)



小栗真千子

(日本眼科学会認定眼科専門医)

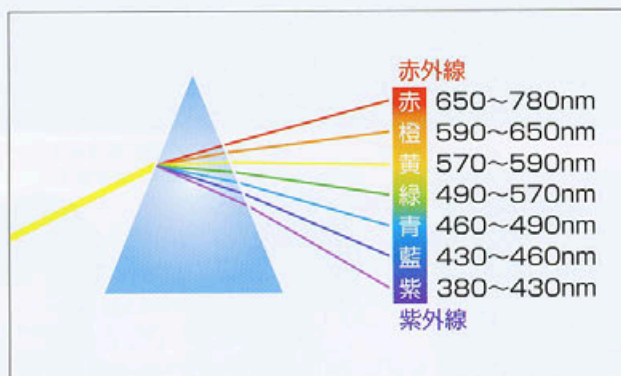
遮・光・眼・鏡

～有害光線から目を守りましょう～

雨上がりに美しい虹が見られることがあります。虹の色は赤、橙、黄、緑、青、藍、紫の7色に分かれています。太陽の光には、多くの波長(光の種類)が含まれていますが、人間の目を感じる波長は380nm～780nm(1nmナノメートルは1億分の1メートル)の間です。380nm(紫)より短い波長部分に紫外線が、780nm(赤)より長い波長部分には赤外線が存在します。紫外線は以前から日焼けや雪目の原因として、生体を障害する強いエネルギーを持つことで知られています。

最近紫外線に隣接する380nm～500nmの青色光線が、目に対して非常に有害であることが分かってきました。青色光線は紫外線に次いでエネルギーが強く、波長が紫外線より長い分眼球の中で減衰することなく、網膜まで届いてしまうのです。成人の中途失明疾患として知られている「加齢黄斑変性」の原因の1つとしても考えられています。

カロチノイドや亜鉛やルテイン等が含まれるサプリメントは、米国でも多く服用されていますが、青色有害光線による網膜黄斑部の障害を、黄斑組織の段階で少しでも減らす目的で作



られたものです。遮光眼鏡は有害光線そのものを、目の中に入る前にカットしてしまう目的で使用されるものです。

遮光眼鏡のその他の特徴としては、次のような点があげられます。

- まぶしさやギラツキが少なくなる…青色など波長の短い光は散乱しやすいがそれがカットされる。
- ピントがよく合って見える…波長の短い青色光線は屈折しやすいので網膜の手前に焦点が合ってしまうが、それがカットされる。
- クリアーにハッキリ見える…背景が暗くて見ようとする物が明るい時を、コントラストが高いと言います。まぶしいと全体が明るくなってしまい、見ようとする物がぼやけてしまいます。遮光眼鏡を用いるとまぶしさが減り、明るい所と暗い所がハッキリ区別されて、コントラストが良くなります。

● 遮光眼鏡の種類

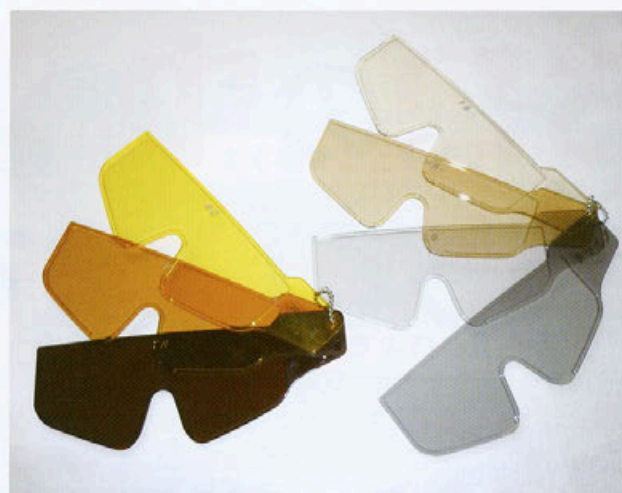
メーカーによっても異なりますが、大別して2種類に区分されます。

- A**…500nm以下の光線を100%カットするもの。
まぶしさやギラツキの原因となる青色光線と紫外線は全てカットされますが、色目も濃く視界が暗くなるため運転は困難となります。網膜色素変性症、白子症、無虹彩症、錐体杵体ジストロフィー等の目の病気のある方に適しています。
- B**…400nm以下の光線は全てカットするが400～500nmの光線の一部は透過させる

もの(色目や濃さに多くの種類がある)。遮光レンズの特徴はほぼ維持しながら色目も明るく大変使い易いため、このタイプが広く一般的に使われています。白内障、加齢黄斑変性症などの予防のため、白内障手術の術後のまぶしさ予防と保護のため、緑内障・糖尿病網膜症・ぶどう膜炎・ドライアイなどからのまぶしさ予防のためなどに、広く使われています。またコントラストが良くなる特徴を生かしてパソコンのモニターによる疲れ目の減少目的や、芝目がハッキリすることからゴルフやテニスなどスポーツ用としても使われています。

●遮光眼鏡とサングラスとの違い

一般的なサングラスはファッション性目的で使われることも多いですが、目に入る可視光線を均一にカットするため、必要とされる明るさを感じる光までカットされてしまいます。遮光眼鏡のように紫外線とまぶしさを感じる短波長光を選択的にカットしているわけではないので、明るい所ではまぶしさが残る割には、少し暗いところでは暗く感じる場合があります。サングラスにも紫外線カットされたものも多くありますが、その場合でもまぶしさの原因ともなる有害な青色光線がカットされているわけではありません。遮光眼鏡は色目がかなり薄くても、まぶしさは少なく、紫外線も完全にカットされるため高機能サングラスとも言えます。



●遮光眼鏡の求め方

目の老化が心配な方や普段まぶしさが苦になる方は、平田眼科で診察を受ける時に、医師にご相談下さい。

AタイプBタイプ共に、近視用やパソコン用、遠近両用など通常の全てのメガネでレンズを遮光レンズ加工で作ることができます。Bタイプで色目の薄いものは普段使うメガネとして快適に使用できますが、色目の種類や濃さによっては車の運転に不向きなものもあります。

購入時に実際に色見本を見てよく相談して作る必要があります(色見本があり、遮光眼鏡をよく扱っているメガネ店なら安心です)。白内障の手術後の場合はもちろん、黄斑変性症、白内障、緑内障、角膜乾燥症、虹彩炎その他まぶしさが強く現れる目の病気治療中で、当院医師が必要と認めた時は、斜視や弱視の眼鏡と同様に、遮光眼鏡費用は税金の確定申告で医療費控除の対象となります。特別なケースとして、視覚障害による身体障害者手帳を持っておられる場合で、遮光眼鏡が必要な場合は、遮光眼鏡代金に一定額の補助金が交付されます。両者共に眼鏡処方時に医師による証明書等が必要となりますので、平田眼科で眼鏡処方をご希望になる時にご相談下さい。

眼科検査について

その1

平田眼科において診療時に行なわれる諸検査について、その意義と必要性について説明してみましょう。眼科検査は各々方法も異なり、完全に独立した目的があり、眼科医は診療時に必要に応じてそれらを選択して検査を行なっています。

眼科における検査は、眼科領域の病気だけではなく、全身疾患の早期発見や経過観察にも大変役立っていることに、さらに大きな意味があると言えるでしょう。

矯正視力検査

視力は、近視・遠視・乱視など屈折度数の異常や変化だけで決まるものではありません。例えば、角膜びらん・虹彩炎・ぶどう膜炎・緑内障・網膜出血や剥離・網膜動脈閉塞など、その他多くの目の病気で視力は急速に変化します。

また視力は、眼科疾患の現状をリアルに反映しているだけではなく、視神経や脳のわずかな

変化によっても影響されます。他の内臓疾患や服用薬によっても変化することがあります。眼科医師はこれら全ての事柄を考慮し、わずかな変化も見落とさないように、細心の注意を払いながら診断や治療を行なっております。それゆえ眼科診療において、診察の都度矯正視力を測定することは、極めて重要な検査となっております。

●平衡機能検査

眼球は静止しているようでも微妙に動いています(左右の振動や回転運動)。これがある程度以上大きくなると眼球振盪症しんどうと言って、視力や目の疲労に大きく影響してきます。また正面視の時は良くても、左右上下斜めなどに眼球を向けた時に、一定の方向で、特に眼球の振れが大きく現れたり、片目を隠した時に現れることもあります。この検査は眼球を各方向に向けたり、片目ずつ隠したりして、眼位の確認および眼球の振れや回転運動がどのように現れるかを調べる検査です。

●角膜曲率検査

角膜は目の一番前の球面で透明な部分です。近視や遠視の度数に関係する屈折力に水晶体の2倍も影響しています。角膜の表面をわずかに削って近視や遠視を改善するレーシックの手術は曲率を変化させて屈折



度数を変える効果を狙ったものです。このように角膜曲率が少しでも変化すると視力に大きく影響します。通常ほとんどの方の角膜は、その曲率が卵やラグビーボールの横腹のように、縦径と横径でカーブの大きさが異なっており、これを角膜乱視と言います。また表面が凸凹といびつな場合は不正乱視で、中心部が尖っている場合は円錐角膜と言います。角膜曲率は白内障やその他目の手術の術後はもちろん、コンタクトレンズの長期装用、翼状片の進行、避妊薬ピルの服用等でも変化します。このためメガネやコンタクトレンズを合わせる時以外でも、必要に応じ随時検査が行なわれます。

● 細隙灯顕微鏡検査

まず外眼部と言われる眼瞼(まぶた)の表と裏側および、球結膜(白目)と角膜(黒目)を観察します(その時特殊な染料で表面を染色して、さらに詳細に変化を観察する生体染色検査が行なわれることもあります)。次に観察光の幅を狭くした光の切片(スリット光)で、眼球の断面を前のほうから房水、虹彩、水晶体、硝子体と観察していく検査です。この検査でサルコイドーシス、ベーチェット病その他いろいろな全身疾患等が発見されることがあります。外眼部の疾患の他、虹彩炎や白内障、硝子体の混濁や出血、後部硝子体剥離等の発見や経過観察はこの検査によってのみ可能となります。また特殊レンズとの組み合わせにより、通常見ることのできない虹彩根部の隅角や眼底の極周辺部なども観察することができます。眼科診療の都度必要な、最も基本となる重要な検査です。瞳を開く散瞳を行なって、眼球の奥をさらに詳細に検査を行なうことを、細隙灯顕微鏡検査(前眼部及び後眼部検査)と言います。

● 眼底検査

眼底とは目の一番奥で底になる部分です。カメラのフィルムまたはデジカメのCCD画素にあたる場所です。光や色を感じる視細胞のある網膜とその情報を脳に伝える視神経の束(視神経乳頭)および、それらを栄養する動脈や静脈の血管を直接観察する検査を眼底検査と言います。糖尿病網膜症、黄斑変性、網膜剥離、網膜の出血・浮腫・変性などの眼底疾患はもちろん、他のほとんど全ての眼科疾患で眼底を精密に検査することは欠かせません。眼底は唯一人体の血管を直接見ることができる部分です。

眼底検査を行なうことによって、全身の血管の高血圧や動脈硬化の程度や状態も調べることができます。また、視神経乳頭のうっ血や充血が認められて、脳腫瘍や脳の病気が発見されることも珍しくありません。瞳が小さい時や白内障などで眼底が見づらい時は散瞳して検査することもあります。このように眼底検査は眼科の病気だけではなく、他の臓器の疾患の発見や管理の上でも大変役に立つ検査となっています。



平田眼科ご案内

日帰り白内障手術を行っております

入院の必要はありません。
手術時間は10数分でほとんど無痛です。
普段の生活に早期に復帰できます。
内科による全身管理下で行なわれます。
健康保険の対象です。

人間ドックや一般検査で糖尿病や高血圧の疑いを指摘された方は、
早めに当院で眼底の精密検査をお受け下さい。

緑内障の早期発見のため、年に一回は眼圧と眼底検査を受けましょう。

ワープロやコンピューター業務に従事されている方は、今お使いのメガネや
コンタクトレンズが適正かどうか当院で検査いたします。

メガネやコンタクトレンズは眼科医による検査・処方で作ることになっております。
新しく作る場合や更新される時は当院で検査をお受け下さい。

網膜剥離や脳腫瘍の疑いなど高度先進医療について各大学病院・国立病院
その他重点病院と緊密な病診連携を行っております。

目の成人病や企業の眼科検診もお引き受けいたしております。

**看護師・視能訓練士
募集しております**

平田眼科ホームページアドレス
<http://www.hirataganka.com>

又は平田眼科で検索

携帯サイトも
ご利用いただけます



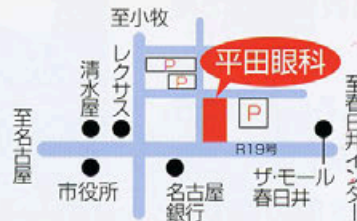
春日井本院

国道19号沿い・名古屋銀行向い

◎診療時間

時間	曜日	月	火	水	木	金	土
午前 8:45~11:45		○	○	○	○	○	○
午後 3:30~6:30		○	○	○	※	○	○
							2:30~4:30

休診日 ● 日曜・祝日・木曜午後
(土曜午後 PM2:30~PM4:30) ※手術・予約検査日



春日井市瑞穂通6-22-3

☎ (0568)

84-6638

専用駐車場有

小牧平田眼科

アピタ小牧店南、小牧中学校正門前

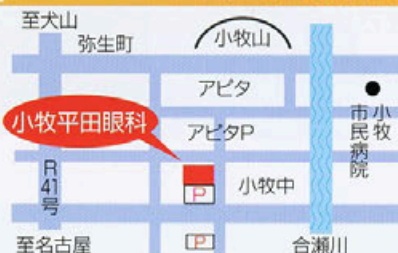
◎診療受付時間

AM 9:00~PM 12:00

PM 3:30~PM 6:30

(土曜午後PM2:00~PM4:00)

休診日 ● 日曜・祝日



☎ (0568)

74-6638

専用駐車場有