

お医者さんに
聞いてみよう

②



緑内障にならないか心配です。失明につながることもあると聞き、不安になりました。若いうちから予防する方法はありますか？ 緑内障と診断された際はどうすれば良いのでしょうか？

今月10日は「目の愛護デー」でした。目の大切さや健康を考える日です。日本で成人の失明原因の第1位である緑内障は特に気をつけたい病変です。40歳以上の20人に1人がなっている病気を高齢になるほど増え、60歳以上では10人に1人が発症します。眼圧が高くなり、目が硬くなるため、目の中の神経がダメージを受け萎縮し、視野が欠けていく病変です。治療しなければ失明の危険もあります。緑内障の原因は加齢、遺伝などがありますが、まだはっきりしていません。眼圧が「正常値」より

片目ずつ見てチェック

緑内障 早期発見のこつ

- 1 片目ずつ見て異常がないかチェック



- 2 健康診断で眼底検査を受ける



- 3 40歳を過ぎたら眼科を受診



私は普段、両目を開けて生活しています。このため左右の目が逆に、視野が欠けても気付きに

期発見のこつです。

私達は普段、両目を開けて生活しています。このため左右の目が逆に、視野が欠けても気付きに期発見のこつです。

二つ目は人間ドックや健康診断などで、眼底写真の検査を受けることです。緑内障は眼圧を測っただけでは診断できません。眼底写真や光干渉断層計（OCT）のほうから早期発見につながります。

三つ目として40歳を過ぎたら眼科受診し、必要があれば検査を受けるください。以上の3点が早期発見のこつです。

関連火曜に掲載

〈答える人〉



林篤志さん

富山大学付属病院長

60歳以上の1割が発症
初期段階気付きにくい
強い近視の場合注意を

も高くなって起こると思われるが、ですが、実は日本人の7割は、いわゆる「正常範囲の眼圧」なのに緑内障になる「正常眼圧緑内障」です。ま初期段階で自覚症状がほとんどなく、早期発見が遅れる原因となっています。

心配になったかもしませんが、緑内障は早期発見し適切な治療を継続することで、生涯にわたり、失明の危険をほぼ回避できます。心配しすぎず、眼科でしっかり治療を受けてください。

緑内障を予防する方法は今のところありません。ただ、なりやすい人の特徴は分かっています。血縁の家族に緑内障の方がいる場合や強い近視がある場合です。このような方は、自覚症状がなくても早めに眼科で検査を受けることをお勧めします。

緑内障と診断された場合は、まず眼圧を下げる点眼薬を使うことで進行を大膽に遅らせることができます。点眼薬の種類が多くなり、一人一人に合ったものを選んでいきます。

大変残念なことです。治療を開始した方のうち4割は、1年後に点眼薬を止めてしまっただけという調査結果があります。

眼科医の指導の下、長期にわたって継続して治療を行うことが失明の予防に最も大切です。ぜひ、このことを覚えていただき、と思います。なお、緑内障に関する情報をもっと知りたくて、日本眼科医会のホームページをご覧ください。