

# 加齢に伴う目の病気

白内障、加齢黄斑変性症、緑内障などの目の病気は、加齢や目の使いすぎにより、気づかぬうちに進行します。早期発見、早期治療を行うとともに、生活習慣の改善により進行を遅らせることが重要です。



## ◆◆白内障

白内障は水晶体が濁ることで起こる病気で、50歳以上の人で視力低下やかすみなどの症状があれば、白内障のおそれがあります。右の症状チェックリストはすべて白内障にみられる症状です。

白内障の最大の原因は加齢で、50歳代で約半分、60歳代で約6割、70歳代で約8割、80歳代になるとほとんどの人に濁りが見られます。加齢以外の危険因子は、水晶体の酸化を促進する紫外線や喫煙(受動喫煙を含む)があります。また、「糖尿病白内障」、「アトピー性白内障」など、他の病気が原因で起こる白内障もあります。

治療は手術になりますが、禁煙や紫外線対策、食事など、生活習慣を改善し白内障の進行を遅らせることが大切です。

### 症状チェックリスト

- 明るいところでまぶしくみえる
- 暗いところでみえにくい
- 一時的によくみえることがある
- 老眼が治ったような気がする
- 目がかすむ
- みえているものがぼやける
- 二重・三重にみえる
- 眼鏡があわなくなった
- 近視になった
- 視力が下がった
- 目が疲れやすい

## ◆◆加齢黄斑変性症

加齢黄斑変性症とは、加齢に伴い網膜の中央にある黄斑が変性し生じる病気です。加齢黄斑変性症の最大の危険因子は加齢で、そのほか、食生活の欧米化、喫煙、紫外線などがあります。

医療機関で定期的な検査や治療を行うとともに、禁煙や肥満対策、カロテン類や抗酸化ビタミンを多く含む緑黄色野菜果物をしっかり摂り、進行を遅らせることが大切です。

### 症状チェックリスト

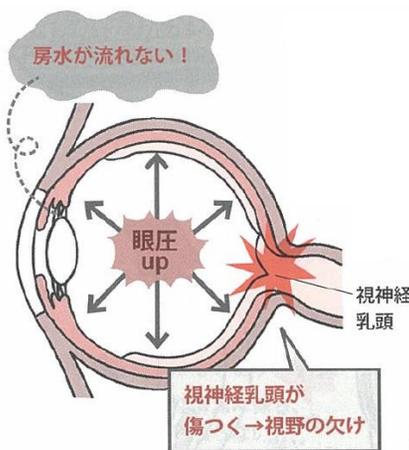
- 物がゆがんでみえる
- 中心部がみえにくい
- 色がわからない
- 視力が下がった
- 物が小さくみえる

## ◆◆緑内障

角膜と水晶体の間は房水という栄養を含んだ液体で満たされています。緑内障は、この房水の排泄が行われなくなったり、流れが悪くなった結果、眼球内部の圧力(眼圧)が高まり、視神経を傷害する疾患です。

急性緑内障は、房水が全く排泄されず眼圧が急上昇する状態で、激しい頭痛と目の痛みが起こります。失明の危険があるため、すぐ治療する必要があります。

慢性緑内障は房水の流れが悪い状態です。自覚症状はほとんどありませんが、視野が少しずつ欠ける視野欠損が進行します。



### 症状チェックリスト

- 視野に欠けがある
- 中心のやや上の一部が欠ける
- 光の周りに虹がみえる
- 目を休めても疲れ目が治らない
- 目がかすんでいる

### 眼圧上昇時の症状

- 激しい頭痛がする
- 頻繁に目が疲れる
- 激しく目が痛くなる
- 目が充血している
- 吐き気がする

房水は、血管がない角膜や水晶体に酸素と栄養を送り、その透明性を維持しています。網膜にある視細胞は外界から届けられた光(像)を電気信号に変える役割があり、網膜の毛細血管は視神経の機能を維持しています。

この水と血液の流れは、目の健康を維持するうえで極めて重要です。(参考:「本気で治したい人の目の病気」、学研)

相談できるくすりやさん

## フジカワ調剤薬局

東みよし町昼間 923-1  
Tel 0883(79)2014