



# ひかりいっぱい新聞

## 格医師が老人大学で講演 副院長 木村 格 安全性が高く目にやさしい緑内障手術 目に穴?黄斑円孔とその治療法 中高年者ドライバー、あなたの視野は大丈夫?



## 格医師が老人大学で講演

### ～加齢と眼疾患 その目を長生きさせることはできるのか?～

呉市絆ホールで9月5日、呉市老人クラブ連合会と呉市の共催による令和元年度呉市老人大学が開催され、500名の市民の皆様を前に講演する機会をいただきました。

これまでは医療関係者を対象とした講演ばかりで、私にとっては初めて市民の皆様聞いていただく講演となりました。何についてお話をするか頭を悩ませましたが、老化現象の一つ「老眼」をテーマに「人間の目をいかに長生きさせるか」というタイトルでお話をさせていただきました。

まず老眼のメカニズムを説明し、老眼にまつわるよくある質問や巷の迷信とその事実を解説しました。また老眼対策に有効といわれる抗酸化力の強いアスタキサンチン、ルテインを多く含む食品の話や、大災害の避難時に普段から眼鏡に頼らない視力を持つことが生死の分かれ目になり得る事例を紹介し、最後に老眼に関する最新治療法についてお話しをしました。

講演後はこの講演の最大のポイントでもあった白内障と同時に老眼も治療できる「最新の多焦点眼内レンズ」について多くの質問を頂き、皆様の老眼に対する関心の大きさを肌で感じる事ができました。眼科を受診されていらっしゃる方にも、最新の眼科治療の実情を知って頂く事は非常に重要で、今回お話の機会を頂いたことはたいへん有難いことだと痛感しております。

これからも地域の皆様のお役に立てるように努めてまいりますのでどうぞよろしくお願い致します。

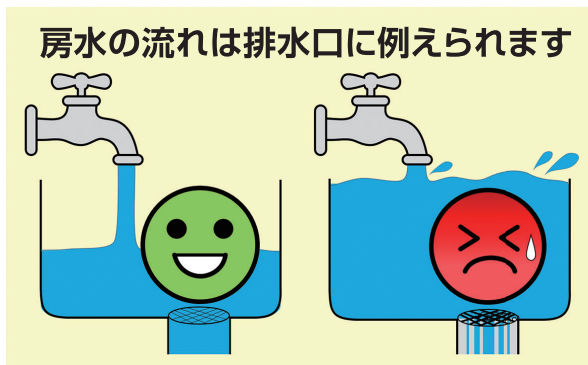
副院長 木村 格

# 安全性が高く目にやさしい緑内障手術

## 緑内障とは

眼から入ってきた情報を脳に伝達する視神経が障害されることにより、視野が徐々に狭くなる病気です。最悪の場合、失明に至ることもあります。

原因のひとつに眼圧の上昇があげられます。眼の中には毛様体で作られる房水(ぼうすい)という透明な液体が流れていて、角膜や水晶体などに酸素や栄養を与えたり、そこから出た老廃物を流したりしています。



房水のほとんどは隅角にある排水口(線維柱帯と呼ばれる)へと流れ、シュレム管から眼球の外へ出て静脈へ吸収されます。この流れが様々な理由で流れにくくなると、房水が眼の中にたまり眼圧が高くなります。しかし日本人は体質的に視神経が弱い人が多く、眼圧が正常にもかかわらず緑内障になる人が多くいます。

治療は点眼薬やレーザー照射、手術で眼圧を下げることで病気の進行を抑えます。近年、眼圧下降効果は弱めでも出来る

限り眼に対する負担を減らし合併症の少ない安全性の高い緑内障手術が考案され、それらを総称して極低侵襲緑内障手術(micro invasive glaucoma surgery:MIGS)と呼ばれています。

## 目に負担の少ない極低侵襲緑内障手術

当院でもいろいろなMIGSを行っていますが、その一つ、アイステント(iStent®)という緑内障治療用のステント(筒状の医療器具)を目に埋め込む手術を紹介します。

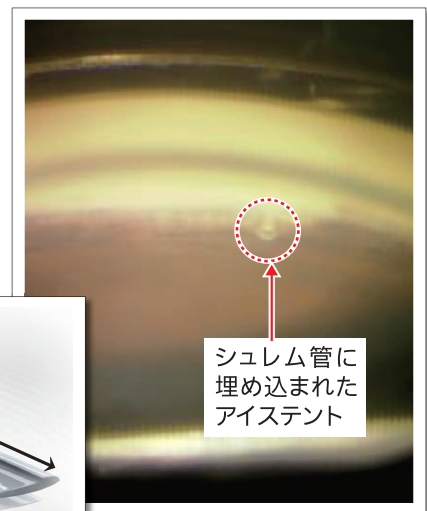
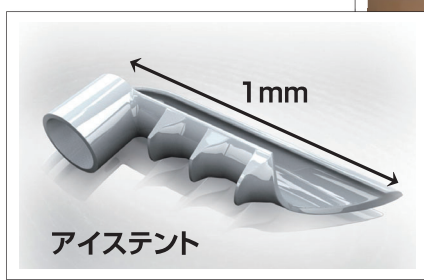
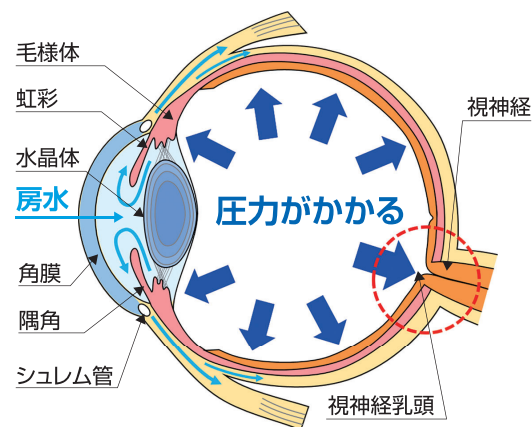
アイステントは非常に小さく、長さ約1mm、重さ60 $\mu$ gで医療用チタンという材質で出来ています。手術は白内障手術と同時に行い、白内障手術時に作った小さな切開創から器具を挿入してアイステントをシュレム管に差し込みます。これにより人工的に房水を目の外に排出し眼圧を下げ、視神経障害の進行を止める、あるいは遅らせるという効果があります。白内障手術と同時でないと行えない為、既に白内障手術を受けている方はこの手術を希望しても受けることができません。

緑内障治療の目的は進行を遅らせることです。手術後に進行が止まる人もいれば、多種の点眼薬を併用しても進行する人もおり個人差があります。

## 早期発見、早期治療

日本緑内障学会が行った大規模な調査(多治見スタディ)によると、40歳以上の日本人の20人に1人が緑内障と推定されています。

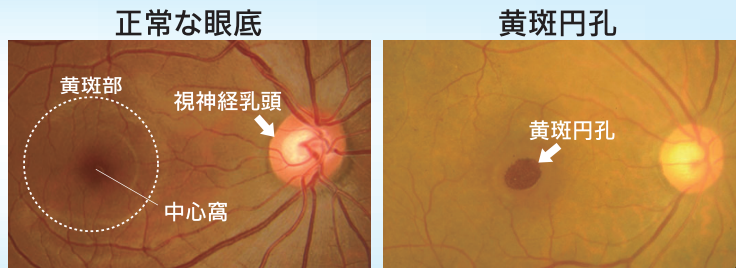
緑内障の初期～中期は自覚症状がないことも多く、見えにくいなどの症状が出た時には、かなり進行していたというケースもあります。緑内障により一度失った視野は元に戻りません。日本人の中途失明原因の第1位は緑内障ですが、最近の緑内障の診断と治療の進歩は目覚しく、早期発見・早期治療によって失明の危険性を少しでも減らすことができます。



# 目に穴?黄斑円孔とその治療法

## 黄斑はどこにあるの?

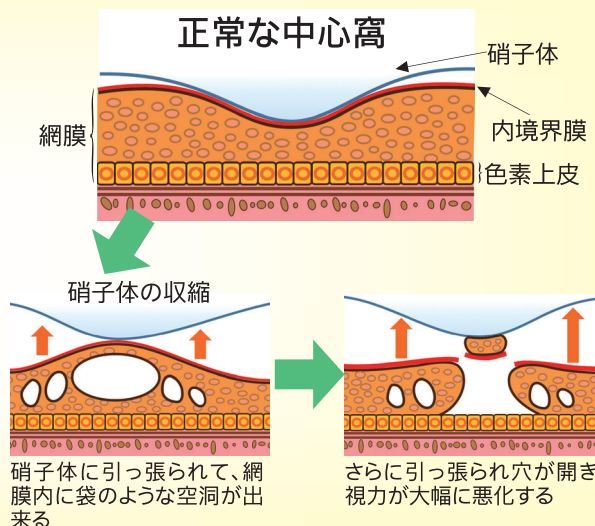
眼の底には網膜という神経でできた膜があり、眼の中に入ってきた光を感じています。中心部には黄斑という物を鮮明に、はっきりと感じる部分があり、その中心は最も視力が鋭敏な部分で中心窩と呼ばれます。



## どんな病気?

眼の中には硝子体と呼ばれる透明でドロツとした卵の白身のようなものが入っています。硝子体は網膜と軽く癒着していますが、加齢により硝子体が液体化して収縮してしまい網膜から剥がれます。これを「後部硝子体剥離」といい、誰にでもおこる現象です。通常は自然に剥がれますが、網膜と硝子体の癒着が強いと、スムーズに剥がれず網膜の中心に穴があき、黄斑円孔ができてしまうのです。

黄斑円孔になると、見ようとする物の中心が見えにくく、歪んで見えるようになってしまいます。進行すると見にくい部分が大きくなり、より視力が低下します。痛みはありません。

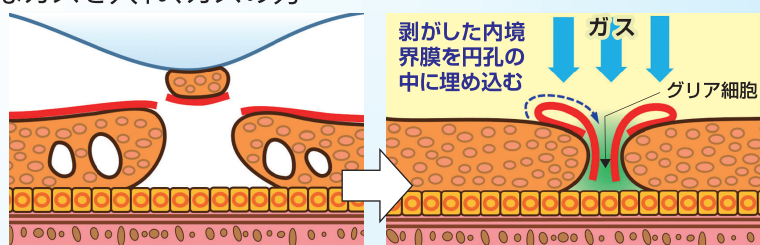
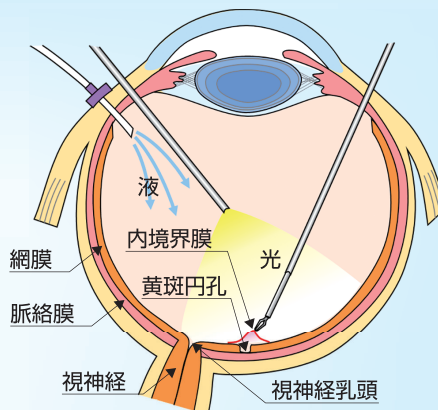


## 治療方法は?

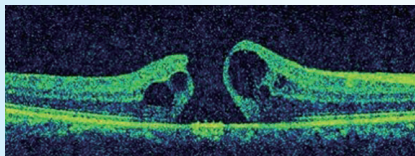
手術で穴を閉鎖します。硝子体を切除し、次に網膜の表面にある内境界膜という組織(網膜の皮のような透明で薄い膜)を黄斑円孔の回りだけ剥がします。

円孔が大きい場合は、閉じやすくするために円孔周囲の内境界膜を少し残し、それをひっくり返して円孔の中に埋め込みます。すると円孔が小さくなり、円孔中心に残っているわずかな隙間にグリア細胞という、周囲の細胞をつなぎ合わせる働きをする細胞が現れ、円孔を塞いでくれます。

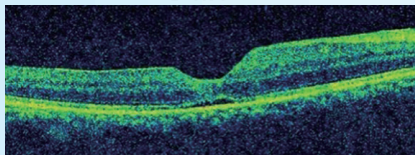
手術の最後に、硝子体があった部分に特殊なガスを入れ、ガスの力で眼の内側から網膜を押し上げ抑えつけます。ガスは気体のため眼球の上へ移動してしまうので、術後数日から1~2週間は、うつ伏せで過ごす必要があります。手術を受けられた方は手術よりも術後のうつぶせが大変だったといわれますが、この手術では術後のうつぶせが重要なカギとなります。



黄斑の断面図(OCT)手術前



手術後



術後のうつぶせが大変だったといわれますが、この手術では術後のうつぶせが重要なカギとなります。

黄斑円孔は適切な時期に手術をすれば見え方に歪みが残ることがあるものの、9割の方は不自由なく暮らせるレベルの視力に戻ります。ただし古い円孔や大きい円孔、また高齢であればあるほど視力が改善しにくい傾向があります。

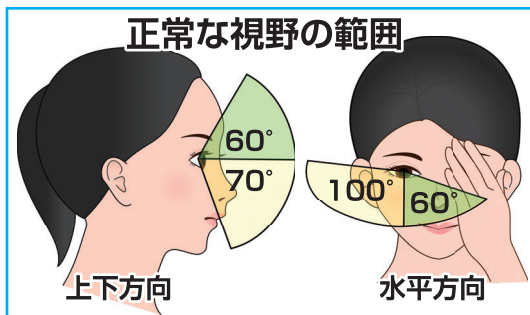
日頃から片眼ずつ見え方や歪んで見えないかを自宅でチェックして、変わりがあれば早めに眼科を受診しましょう。

# 中高年者ドライバー、あなたの視野は大丈夫？

## ～事故原因に視野障害も関係～

高齢者ドライバーによる交通事故の増加がメディアで報道されていますが、事故原因は認知機能の低下だけではありません。

視力が良くても視野障害（視野が欠ける状態）をおこす病気がある時は交通事故につながる可能性があります。



視野障害をおこす病気は緑内障や網膜色素変性症、糖尿病網膜症、加齢性黄斑変性症など様々です。

## 視野欠損があっても「錯視」が起こって気付かない



人間の視覚は脳で情報処理をして輪郭を強調したり色や明暗を調整しています。条件によっては錯視現象も引き起こすといわれています。

例えば視野欠損で線が途切れていても、その周囲の視覚情報を利用して脳が自動的に補完し、実際は見えていない所も見えているように補正してしまいます。そのため視野欠損があっても自覚しにくく緑内障などの病気に気付くのが遅れる原因になることがあります。また、人間は両眼でものを見ているので、片眼に視野欠損があっても、反対側の眼で見えていれば上手い具合に見えない部分を補い不自由を感じません。視野欠損を確認するには片眼ずつ見え方を確認することが必要です。

## 事故をしないための慎重運転

視野の欠損に気付かずに生活していると、上方の視野が欠けていると信号を見落とししたり、下方の視野が欠けていると左右からの急な飛び出しなどに気づくのが遅れたりして事故につながる場合があります。

視野障害は自覚することで運転が慎重になり事故を防ぎます。運転する時はなるべく広いよく知った道を通り、夜間や雨天時の運転は避けるなどしましょう。



医療法人社団ひかり会

### 木村眼科内科病院

〒737-0029 広島県呉市宝町3-15

TEL : 0823-22-5544 [代表]

0823-21-1000 [病棟専用・夜間・休日]

FAX : 0823-25-9010

<http://www.kimura-eye.or.jp/>

医療法人社団ひかり会

### 焼山木村眼科

〒737-0935 広島県呉市焼山中央1丁目10-9

TEL : 0823-33-8259

FAX : 0823-33-8279

木村眼科

検索

できます。