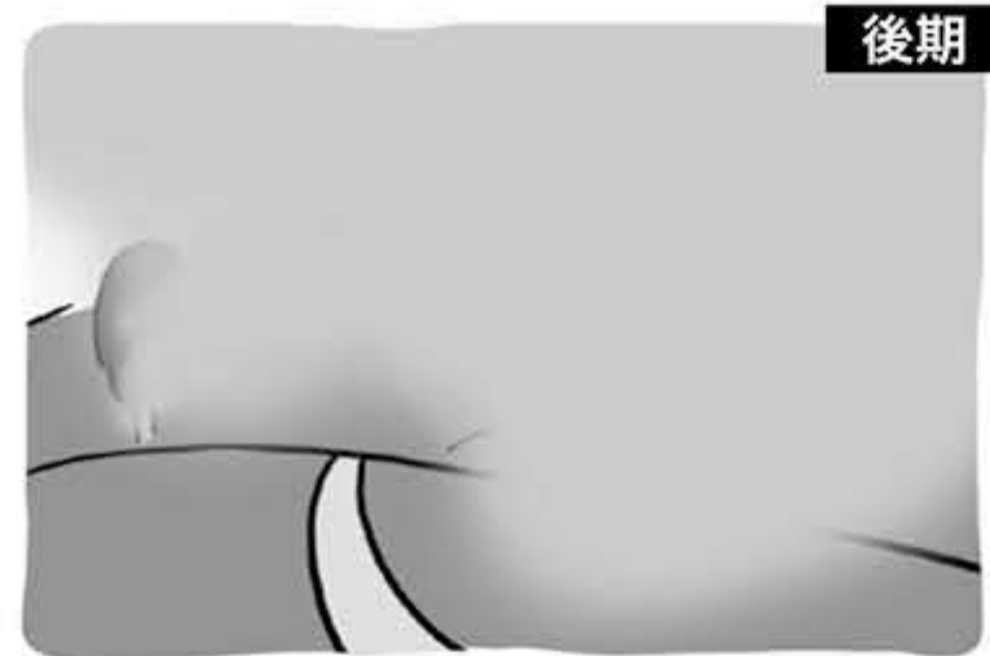




初期の段階では、症状に気付かないケースが多い。



視野が欠ける「暗点」が広がりますが、まだ異常には気付きにくい。

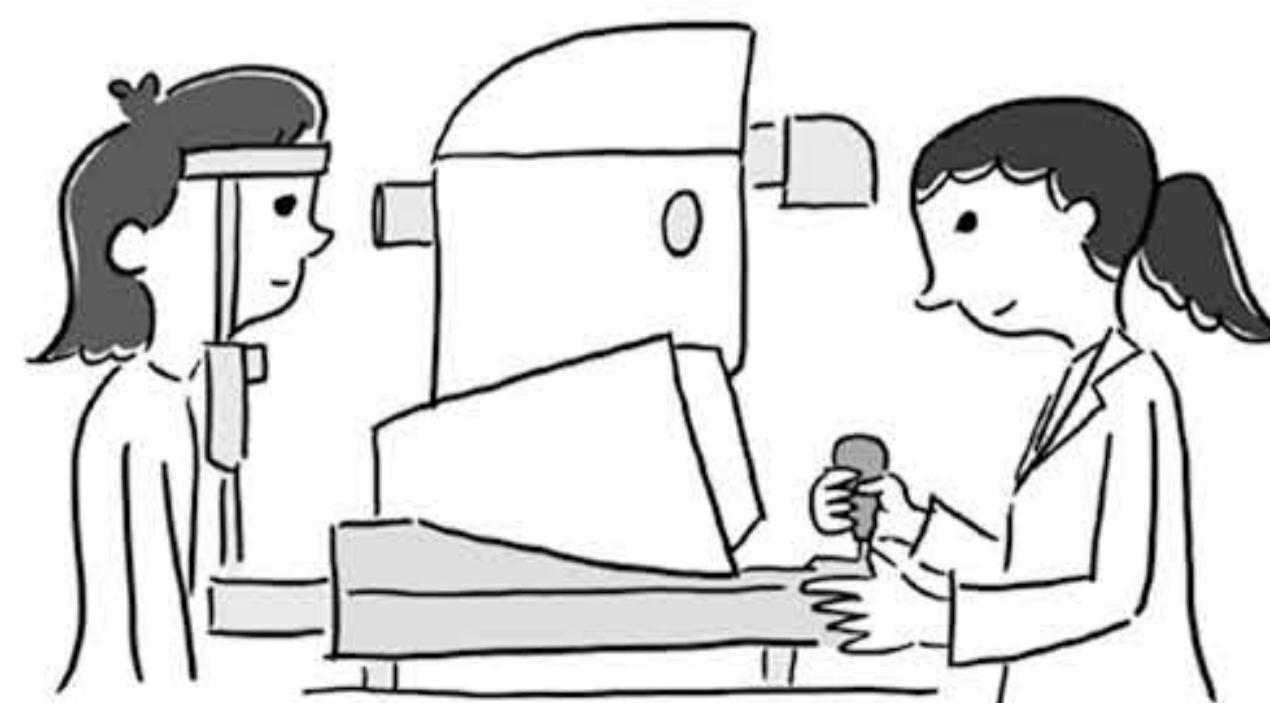


見える部分が狭くなり、日常生活に支障を来すようになります。



今月の重要ポイント!

私たちが得る情報の80%は目から入って脳に送られるといわれており、目はそれだけ重要な臓器です。私たちは普段、ものを見ることをあまり意識していませんが、年齢による障害やほかの病気で、今まで見えていたものが突然見えなくなることは誰にでも起こりうることです。日ごろから目の健康をもっと考え、検診を受けるとともに、目をいたわってあげましょう。



**かなり進行しないと
自覚できない症状。**

では緑内障にかかると、どのような症状が現れるのでしょうか。ものを見ているとき、部分的に見えない場所（暗点）が出現したり、見える範囲（視野）が狭くなったりする症状が一般的です。私たちは普段、両目でものを見ていますので、多少見える範囲が狭まっても、もう一方の目でカバーしてしまうので視野の異常にはなかなか気づきませんが、多くの場合、症状はゆっくりと進行するため、初期の緑内障は自覚しにくいことがほとんど。実際に自覚症状が出るころにはかなり症状が進行して、視野や視力が悪化しているケースが多い。

**症状が進むのを遅らせ
視力を維持する治療。**

緑内障の検査方法としては、眼に直接機器を当てて測定する眼圧検査や、検査用のコンタクトレンズを入れて房水の流れを調べる隅角検査、視神経の障害の度合いを調べるための眼底検査、見える範囲を調べる視野検査などがあります。

スが多いようです。

視野障害が進行した場合には視力の低下や、場合によっては失明することもあります。残念ながら、緑内障で一度障害を受けてしまった視神経を回復させることはできません。ですから、できるだけ早く病気を発見して治療を開始し、進行を遅らせることが重要です。

**症状が進むのを遅らせ
視力を維持する治療。**

緑内障の治療は、まず点眼薬による薬物療法で眼圧を下げるのが基本です。さまざまな種類の点眼薬がありますが、多くは房水の産生を減らしたり、流れをよくしたりする効果があります。症状や眼圧の高さによっては複数の目薬を組み合わせることもあります。点眼は緑内障の症状を現状以上に悪化させないためのものなので、効果がないからといってやめてしまわずに、根気よく使用することが大切です。

点眼薬の効果がない場合には、レーザー治療や手術を行います。いずれの治療も緑内障の症状を回復させて元通りにするものではありません。症状の進行を遅らせ、残された視力をできるだけ維持できるようにする処置なので、その後も定期的に通院する必要があります。緑内障の注意点は、症状が現れた時点でかなり進行してしまっているということです。ですから、症状のないうちからの定期検診がとても大切です。40歳を過ぎたら症状を感じなくても、年に一度は定期検診を受けるようにしましょう。血縁者に緑内障にかかった人がいる場合は、特に注意してください。

女性のためのメディカル情報

mom's Clinic

第9回「緑内障」



誌上クリニック
「mom's Clinic」院長
矢吹有里先生

整形外科専門医。ロコモアドバイザー。東京女子医科大学卒業後、慶應義塾大学整形外科学教室に入局。現在、東京都済生会中央病院整形外科に勤務。女性が心身ともに美しく健康な人生を送れるよう医学的な立場からサポートしている。

仕事や家事、子育てなど、毎日頑張っている女性たちへ！ mom's Clinicでは毎月、女性の健康づくりに役立つメディカル情報をお届けします。今回は、気づかないうちに進行して、失明の原因にもなる目の病気「緑内障」のお話です。

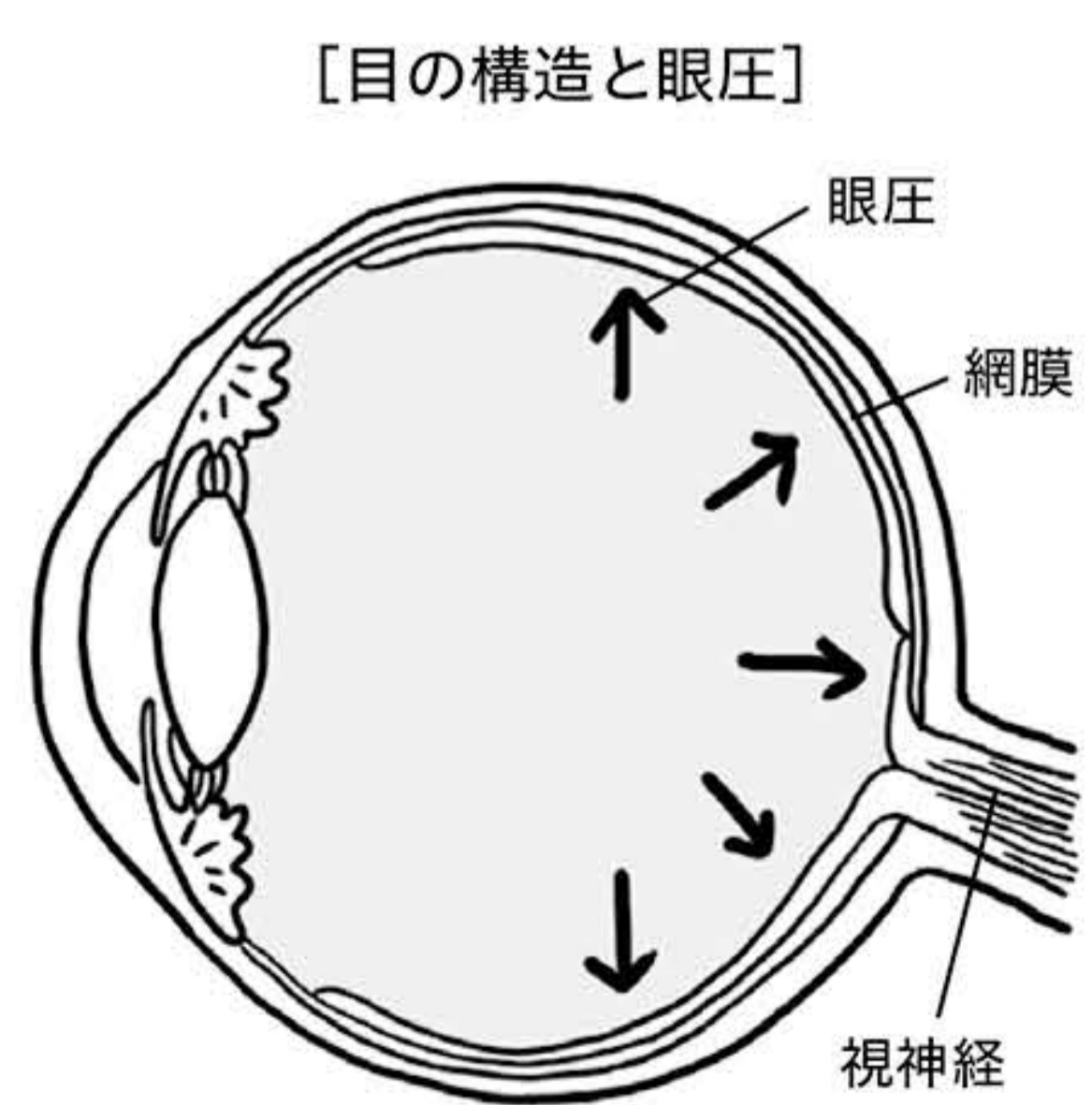
**更年期の女性がかかりやすく
失明の恐れもある目の病気。**

**日本人の失明の原因
第1位が「緑内障」。**

みなさんが年齢とともに起こる目の変化として、一番に思い当たることは何でしょうか？ 目の調節機能が徐々に衰えて、近くのものにピントが合にくい、いわゆる老眼（老視）の症状はどなたでも経験することかたもしれませんね。

でも、症状としてはあまりはっきりと現れないのに、知らないうちに進行している目の病気として「緑内障」があります。緑内障は、日本人の失明の原因の第1位となるほどかかる人が多い病気ですが、実はかなり病気が進行するまで気付かれないことが多いのです。

緑内障とは、目の中の視神経に異常が起こることによって情報がうまく脳に伝わらなくなり、見たものがきちんと認識できず、視野や視力に障害が起こる病気です。視神経の異常を引き起こすのは「眼圧」です。眼の中には、「房水」という液体が循環していて、眼内はこの房水により一



眼圧が高くなると、視神経が圧迫されて視野が狭くなるなどの症状が出ます。これが緑内障です。

定の圧力がかかって眼球の形状が保たれる仕組みになっています。この圧力のことを眼圧と呼び、眼圧が上昇すると眼球が硬くなり、視神経が圧迫を受けて障害され、緑内障になるリスクが高くなります。しかし、日本では最近、眼圧が正常でも緑内障を発症する人（正常眼圧緑内障）が多いことが判明しました。はっきりとした理由はわかっていませんが、日本人は視神経が弱いため、眼圧は正常でも視神経が脆弱化しやすいのではないかと考えられています。

眼圧の正常値は10〜21mmHgといわれていますが、これには個人差があり、一日の時間帯や季節、年齢や運動などによっても変動することがあります。日本緑内障学会が行った大規模な調査によると、日本では実に40歳以上の20人に1人が緑内障である、という結果が出ています。そしてその数は年齢とともに増え、70歳代では10人に1人の割合にもなります。特に女性の場合は、更年期に女性ホルモンが減少することが緑内障の原因の一つなのではと考えられています。