

目の健康

涙の膜が減少し 不快感や視機能異常

群馬の冬は、晴れの日が多く、名物のからっ風によりとても乾燥します。眼は粘膜が表面に露出している唯一の組織なため、強い乾燥によって上皮障害とそれに伴う様々な不快感が起りやすくなります。

ズの使用、パソコン画面を頻繁に見ることなどが危険因子とされます。

広く知られているドライアイは、様々な要因により涙液層の安定性が低下する疾患で、眼の不快感や視機能異常を生じ、眼表面の障害を伴うものと定義されています。涙の量が減る涙液分泌低下型、眼の表面の涙の乗りが悪くなつて涙の蒸発が増えてしまう蒸発亢進型に分けられます。涙の膜の減少によって眼がゴロゴロする症状だけでなく、見え方も悪くなります。

治療は、人工涙液やヒアルロン酸点眼による水分補給のほか、涙液分泌を促進する点眼、眼の表面を安定化する点眼を用います。

涙点といわれる涙の排水口をふさいで涙が長時間留まってしまうようにする涙点プラグや、瞼の縁から分泌される脂肪をスムーズに排出して涙の蒸発を抑えるために、瞼を温めたり軽いマッサージを行うなども有効です。

日本では40歳以上の男性の12・5%、女性の21・6%がドライアイにかかっているという報告もあります。加齢や喫煙、コンタクトレン

大上 智弘 先生 プロフィール

平成14年筑波大学卒業、同附属病院眼科、虎の門病院眼科・茨城西南医療センター病院眼科長、宮久保眼科副院長を経て令和3年4月院長就任■専門分野／白内障・硝子体・眼瞼手術、日本眼科学会認定専門医、網膜硝子体学会、日本眼科手術学会員他

