



眼科 科長
吉田 直樹
よしだ なおき

きょうは
眼科
です



こんにちは
診察室です。

白内障はく ない しょうについて

「ぜひこちらから」こんにちは診察室です。のバックナンバーがご覧いただけます。



はじめに

人間が五感（視覚、聴覚、嗅覚、触覚、味覚）で受け取る情報のうち8割は視覚からの情報といわれています。運転など自立した活動の継続や認知機能の低下予防など、人生100年時代とも呼ばれる長寿社会において、よりよい視覚の維持はとても重要です。しかし、長寿社会において避けられないのが、加齢が発症や進行に大きく関わっている白内障という病気です。

白内障とその症状

白内障は、目の中の水晶体という組織が濁ってしまう病気です。

気になって手術を希望する人もいれば、(0.4)まで視力が低下しても気にならない人もいます。ただし、運転免許をお持ちの方は普通免許で(0.7)の視力が必要ですので、それを下回りそうな場合は手術を勧められています。

また、あまり歳を重ねると目の組織も弱くなって手術のリスクが高くなりますし、他の疾患や認知機能の低下で手術を受けられなくなることもありますので、年齢などを考慮し「あまり待ちすぎず、そろそろ手術を考えたほうがいい」と勧める場合もあります。

手術について

白内障の手術は、濁ってしまった水晶体を超音波で碎いて取り除き、代わりに人工の眼内レンズを移植するものです。日帰りで行う施設も増えていますが、当院では全例入院（原則1泊2日）で行っています。両眼の手術を行う場合は、片方ずつ2回に分けて最短で2週間程度、間隔をあけて行います。

手術後、少なくとも1週間程度

水晶体は目に入った光を集めてピントを合わせる、カメラでいうレンズの役割をしています。この組織が濁ってしまうとフィルムの役割をする網膜に届く光の量が減少するため、ぼやける、かすむ、ものが見えにくいといった症状が現れます。また、濁った組織が光を散らしてしまうため、屋外の光や対向車のライトなどがまぶしく感じることもあります。目の中のレンズが濁っていますので、眼鏡やコンタクトレンズでの矯正では、視力が上がらなくなります。主な原因は加齢で、白髪や肌のシワなどと同じで歳とともに誰にでも生じます。個人差が大きいですが、車の運転ができず、農作業や土木作業も1か月程度できませんので、支障がある方は手術日を調整します。手術時間は多くの場合10分前後で、局所麻酔（痛み止め）の点眼薬等）で行います。手術中も声は出せませんので、痛みや気になることがあった際は、お話しください。

一晩は眼帯で保護しますが、翌朝には外します。退院後の眼帯は不要ですが、保護眼鏡をかけて外傷などから目を守っていただきます。通常の場合、退院後は1週間程度で一度診察、その後は間隔を伸ばしながら計4〜5回、通院していただきます。運転や仕事などの再開は経過や視力、眼鏡調整の必要性などをみて相談の上、決めていきます。また、手術後は3種類程度の点眼薬が処方されます。徐々に減らしていきますが、全ての点眼薬を終了するまでは、2〜3か月程度かかります。日常の家事や散歩程度の運動は差し支えなく、入浴も可能ですが、スポーツや屋外作業、洗顔や洗髪には制限がかかります。

はく ない しょう

ですが、早い場合は40歳代から始まり、年齢とともに増加します。また、糖尿病やアトピー性皮膚炎がある場合、過去に目を強くぶつけたことがある場合、ステロイドという薬を使っている場合などは、比較的若いうちに発症しやすい傾向があります。

治療と手術のタイミング

白内障の症状を改善し、視力を回復する方法は手術しかありません。「白内障の目薬」は、発症初期のもの進行を遅らせる目的のもので、効果には個人差もあります。

点眼薬では視力は回復せず、進

眼内レンズと見え方

白内障手術では人工の眼内レンズを移植します。移植した眼内レンズは、その後洗浄や交換の必要はなく一生使えます。MRIなど特定の検査を受けられなくなるということもなく、手術前と変わらない生活を行うことができます。それぞれの目のサイズや形から最適な度数を計算しますが、眼内レンズにはピントを変える機能がありませんので「眼鏡なしでどこにピントを合わせるか」を相談して使用するレンズを決定します。

「遠くを眼鏡なしでよく見える」ようにした場合、近くをはっきり見るには老眼鏡が必要になります。「近くを眼鏡なしでよく見える」ようにすると、遠くをはっきり見るには近視の眼鏡が必要になります。どちらが良いというものはありませんので、手術前は見え方や生活スタイル、希望を聞いて相談の上、決定します。手術前に乱視が強かった方は、眼内レンズによって軽減することができませんが、完全に消しきれるわけではなく、手術後も眼鏡による矯正

行を完全に止められるものでもありません。点眼薬による治療を行うかは年齢や視力、白内障の程度などを考慮して決めていきますが、点眼薬は処方せず、視力や症状を確認しながら手術時期を決める人も多くいます。

手術のタイミングは「日常生活や仕事に支障を感じる、もしくは見えにくさが日常的に気になり、手術を受けたいという気持ちになったら」と説明しています。「自分では決められないので時期がきたら医師から勧めてほしい」と言われることもあります。視力では決められず、(1.0)の視力があってもまぶしさやかすみが必要になる場合もあります。

また、差額負担が保険適応外（選定療養）となりますが、遠くと近くにピントを合わせることができる「多焦点眼内レンズ」も取り扱っています。眼鏡なしで見える範囲が広がりますが、黒い文字が薄く見える、夜間の光が輪や花火のように見えるなど、術後の見え方にクセがあります。感じ方には個人差がありますが気にならなってしまう人もいます。通常のレンズより優れているというものではありませんので、希望される方にはよくご説明、ご相談の上、決定していただきます。

おわりに

白内障は誰にでも生じるものですが、手術によって視力の回復を見込めます。合併症などのリスクはゼロではありませんが、痛みはほとんどなく安全性も高い手術です。現在当院では、年間約450件の白内障手術を行っています。一人ひとりとって、適切な見え方が得られる手術を適切な時期に行うよう心がけています。

「白内障」についてご説明します。