

N a g a s a k i E y e C l i n i c

長崎眼科クリニック

NEWS vol. 4

2019.9 発行



五感を意識して、
秋の彩りを感じましょう

秋の空は、とっても青かったり、
少し白みがかっていたり、朱色に染まっていたり…。
風も、あたたかかったり、つめたかったり、心地よかったり…。
目で見て、肌で、匂いで、秋に包まれていることに幸せを感じながら
毎日を健やかに過ごしてください。



👁️ 気になる眼の病気

糖尿病と眼（糖尿病網膜症について）

糖尿病が原因で起こる目の合併症を知りましょう

糖尿病の患者数は年々増加し、平成 28 年度の厚生労働省の調査では糖尿病有病者は全人口の 12.1%、約 1000 万人と推計されています。その 1 割強の患者が眼に異常をきたしているといわれています。糖尿病による眼障害は、網膜症、白内障、緑内障がありますが、今回は最大の合併症である網膜症について述べてみたいと思います。

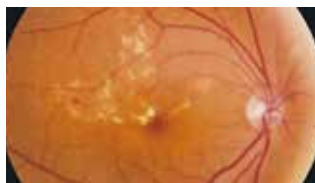
網膜はカメラに例えたらフィルムにあたる部分です。網膜は血管が豊富な組織ですが、糖尿病網膜症とは高血糖のため細小血管が障害され、出血、白斑などの変化が起こる病態です。進行過程により単純網膜症、前増殖網膜症、増殖網膜症に分けられます。

(a)単純網膜症

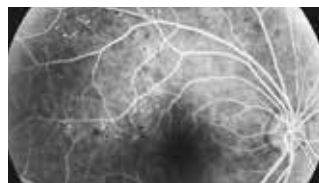
《所見》網膜の細小血管が高血糖でもろくなり、小さな点状出血や血液中の蛋白質や脂質などがしみだしてできた硬性白斑や毛細血管瘤が見られます。

《自覚症状》通常はありません。

《治療方法》血糖コントロールにて、自然に消退することもあります。



単純網膜症
出血斑・硬性白斑を認める。
この症例は黄斑症を合併している。



同症例のFAG
出血の部位は黒く見える。
白色の点状物は毛細血管瘤。

(b)前増殖網膜症

《所見》糖尿病による細小血管症が進み、細小血管が閉塞し綿花様白斑が生じます。

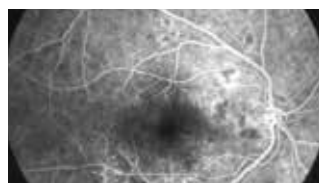
静脈の拡張、蛇行もみられ、蛍光眼底造影検査(蛍光色素を使った造影検査 FAG)で無血管野が出てきます。

《自覚症状》ほとんどありません。

《治療方法》無血管野が広くなれば、レーザー光凝固を行います。



前増殖網膜症
白色の混濁は綿花様白斑。



同症例のFAG
白色の混濁の部分で、黒く抜けている部位が無血管野。

(c)増殖網膜症

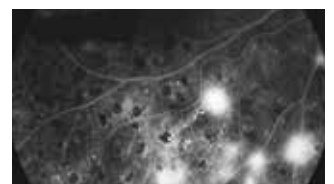
《所見》新生血管が発生し、硝子体（眼球内部）中へも伸びてきます。新生血管が破綻すると、網膜前出血や硝子体出血が生じます。また増殖膜が形成され、牽引性網膜剥離が起こり最後には失明します。

《自覚症状》通常軽度から高度の視力低下が起こります。しかし新生血管だけの症例ではまったく自覚症状がないこともあります。

《治療方法》まずレーザー光凝固を十分に行います。硝子体出血や牽引性網膜剥離がある症例は硝子体手術を行います。



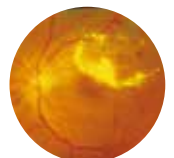
増殖網膜症
赤い部分が網膜前出血。



同症例のFAG
白い部分が新生血管。
黒く抜けている部分が光凝固斑。

また病期と関係なく黄斑部（網膜の中央部）に水がたまる場合があります。これを糖尿病黄斑症といいます。黄斑症が起これば視力が落ちますので、特殊な薬剤を眼内へ注射することもあります。あまり改善しないこともあります。

自覚症状がほとんどない 糖尿病網膜症は早期治療が有効



糖尿病黄斑症

糖尿病網膜症は初期には自覚症状がありませんが、眼底検査によって異常を発見できます。早期であれば治療の成功率も高いので、糖尿病の患者は必ず眼科医による精密な眼底検査を定期的に受けてください。なお眼底検査の際は瞳孔を目薬で開きますが、元に戻るまで4時間ほどかかります。その間眩しくなるなど震んで見えますので、車の運転などはできません。

糖尿病患者の眼底検査の目安

糖尿病なし	半年-1年に1回
単純網膜症	3-6カ月に1回
前増殖網膜症	1-2カ月に1回
増殖網膜症	2週間-1カ月に1回

糖尿病網膜症の発症防止あるいは進行防止には血糖コントロールが必要であることはいうまでもありません。しかし、網膜症がすでに発症している患者で、急に厳格な血糖コントロールを始めると、逆に網膜症を悪化させてしまうこともあるので、内科と眼科との緊密な連携が必要です。



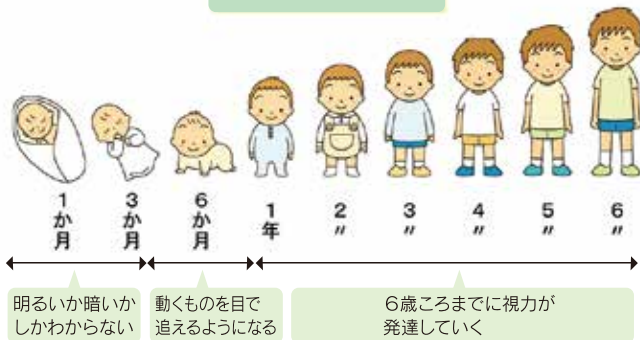


小児の弱視について

子どもの視力は6歳頃には大人と同じくらいまで成長する

生まれたばかりの赤ちゃんは明るい暗いかわかりませんが、生後2カ月くらいで色が分かるようになり、4カ月くらいで動く物を追って目を動かせるようになり、6歳くらいには大人と同じくらいの視力になります。こどもの視力が発達するためには物が網膜にくっきり映ることが大切で、それにより脳が刺激され視力が発達します。5-6歳までに「くっきり見る」ことによって視力は成熟しますが、その時期に「くっきり見る」ことが妨げられると、視力の発達が遅れ、眼鏡などで矯正しても視力が出ない状態つまり弱視になってしまいます。

視力の発達



弱視の原因として最も多いのは強い遠視や乱視です。いつもぼんやりした物しか見ることができず、視力の発達が妨げられます。弱視が見られたら3歳くらいの小児でも眼鏡を装着させ網膜にピントを合わせます。また片方の目だけの強い遠視や乱視では良い方の目で物を見てしまうので、良い方の目にアイパッチをして悪い方の目だけで物を見させます。近づけてもいいので物をどんどん見させることが弱視の最大の訓練法です。

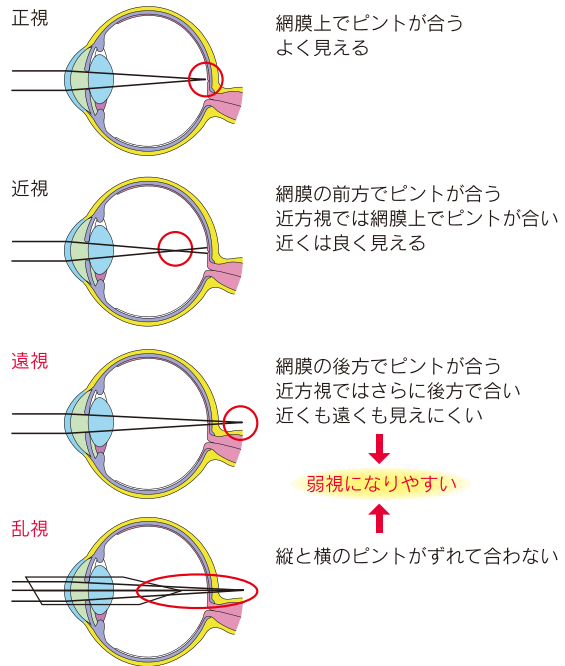
弱視の原因

- 強い遠視や乱視(屈折異常によるもの)
- 斜視
- 眼瞼下垂、白内障、角膜混濁など見えるのを遮断するような病気がある場合や、長期の眼帯装着

次に斜視も弱視の原因となります。斜視とは目が横を向いている状態ですが、斜視になっている目を使わないようになり弱視になります。特に乳児内斜視といって目が極端に内側によっている子は弱視になりやすいので、早期に手術を行うこともあります。なお家庭でも簡単に斜視の診断ができます。懐中電灯の灯りを子どもの目に当てて、その

反射が両目とも黒目(角膜)の中央にあれば斜視はありませんので、ぜひ試してみてください。

屈折異常について



さらに眼瞼下垂などの疾患により網膜への刺激が遮断されることも弱視の原因となります。特に注意しなければならないのは長期の眼帯装着です。小児に対しては不用意に眼帯を装着することは避けなければなりません。



家庭内での気づきと 早めの受診が大切です

弱視は親が注意していてもわからないことが多いです。いかにも物を見にくそうにしている場合には眼科を受診してください。また3歳時健診、就学時健診で異常の指摘を受けた場合や、小学校で視力がA判定以外だった場合も必ず眼科を受診してください。弱視は早期に発見して治療しないと視力は回復しませんので家庭での気づきが大切です。

見にくそうな素振りがあれば弱視かも？

- テレビを前の方で見る
- 目を細める
- いつも頭を傾けて物を見る



院長コラム VOL.1

私の癒しは、 3匹のウエスティーたち。



今号よりこのコーナーでは、私の身の回りの事について書いていきたいと思えます。初回は、我が家の愛犬について。我が家にはウエスト・ハイランド・ホワイト・テリア（通称:ウエスティー）を3匹飼っています。1匹は老犬で17歳のオス、あとの2匹は7歳と5歳のやんちゃ盛りのメスです。ウエスティーはスコットランド原産の白いテリアで、もともとアナグマやネズミの巣穴を探すのに使役されていた猟犬です。我が家の犬もよく吠えたり地面を掘り返したりしています。特に一番下の

長崎眼科クリニック 院長 長崎 比呂志



日本眼科学会専門医、医学博士。鹿児島大学医学部を卒業後、久留米大学などで勤務し大牟田市立総合病院眼科部長を経て、平成17年4月に長崎眼科クリニックを開院。眼科疾患一般に対して診療。特にお子さんの遠視や弱視などの小児眼科や糖尿病網膜症、網膜剥離などの眼底疾患に力をいれている。

子は夏になるとよく蝉やトカゲを捕まえて食べてしまいます。ドッグフードより美味しいのでしょうか。今では、毎朝ポケモンGOをしながら3匹の犬を連れて散歩するのが私の日課になりました。ちなみにポケGOは青レベル39です。最近は朝でも暑くなり、老犬には長い距離の散歩ができなくなってきました。一番犬のお世話をしているのは私だと思えますが、なぜか妻や娘によくなっているようです。なぜでしょうか？一抹の寂しさを感じます。しかし、犬がいるおかげで、毎日癒されています。

初めてのコンタクトは、 長崎コンタクトレンズ WISH で。



コンタクトレンズの普及率は年々高くなり、若年者でもコンタクトレンズを装用する人が増えました。しかし、正しい使い方をしないと様々な合併症が起こり、ひどい場合は視力が低下し失明してしまうこともあります。今回も前回から引き続きコンタクトレンズの眼障害についてお伝えします。

巨大乳頭結膜炎 ▶



コンタクトレンズ (CL) に付着した汚れや機械的刺激により、まぶたの裏側にぶつぶつ(乳頭増殖)ができます。これは巨大乳頭結膜炎といい、CL による一種のアレルギー性結膜炎です。目のかゆみや充血などが起こり、ぶつぶつが大きくなると異物感が強くなり、CL がずれたりもします。2 week type の CL を使用している方は洗浄液を洗浄力の高いもの(ポピオンヨード製剤のファーストケアがお勧めです)を使用し、しっかり手入れをするか、1day タイプの CL に変更したほうが良いです。ゴロゴロなどの異物感が強いときは症状が治まるまで、眼鏡に変えたほうが無難です。

～健やかな瞳のために～

長崎コンタクトレンズ



tel.0943-22-6123

〒834-0063 福岡県八女市本村 936-1

☆公式サイト <http://nagasaki-eye.com/>

LINE@ ☆公式ページ開設!!

この度、長崎コンタクトレンズ WISH のLINE アカウントができました。お得な情報や目の健康に関する知識やコンタクトレンズのケア情報まで配信しています。右のQRコードよりご登録ください。



※健康保険証をご持参ください。
※コンタクトレンズは高度管理医療機器です。眼科医の処方によりお求めください。

◎お問い合わせ

Nagasaki Eye Clinic

長崎眼科クリニック

tel.0943-22-6123

〒834-0063 福岡県八女市本村 936-1

☆公式サイト <http://nagasaki-eye.com/>

