



## しきかく ごぞんじですか？「色覚」

こんにちは。院長の梅津由子です。

10月になり朝夕は涼しいと言うよりは、むしろ寒いくらいの今日この頃です。

この10月、私どものクリニックがオープンしてまる4年がたちました。これまで、患者様やご家族に支えられ、日々の診療を続けていくことができましたことに感謝しつつ、これからも皆様のお役にたてるよう日々精進していく所存です。

さて、先月の朝日新聞に「色覚異常、半数気づかず 検査中止10年、進路断念も」という見出しの記事が載りました。ごらんになった方もいらっしゃると思いますが、今回はこの色覚異常を取り上げてみます。

生まれつきの色覚異常は男性の約20人に1人、女性の約500人に1人の割合で見られます。男性に多いのは色覚異常が伴性劣性遺伝という遺伝形式で遺伝するからです。色覚異常の遺伝は複雑で、両親が色覚異常でなくても、その遺伝子を受け継いでいる場合は色覚異常の子どもが生まれることがあります。

色覚異常の子どもの2人に1人が異常に気づかぬまま、進学・就職時期を迎え、6人に1人が、進路の断念などのトラブルを経験していることが、日本眼科医会の調査で分かりました。以前は小学4年を対象に全国で色覚検査が行われてきましたが、2003年度に中止されました。検査が社会的な差別にもつながりかねず、異常があっても生活に支障がない人が多いという理由です。

また、国は01年の労働安全衛生規則の改正で、雇用者が雇用時に色覚検査を行う義務を撤廃し、色覚異常があるだけで、採用を制限しないよう指導してきましたが、航空や写真関係、食品関係の一部、警察官などの公務員では、色の識別が難しいと職務に支障が出ることを理由に現在も制限されています。このような現状に伴い、日本眼科医会は希望者については学校で色覚の検査ができるよう国に求めることを決めました。当院でも色覚検査はすぐにできますので気になるときはお気軽に相談してください。



ホームページ <http://www.hanazawa-eye.com>

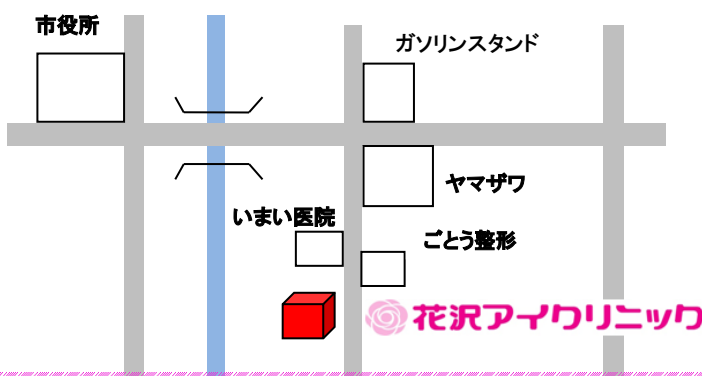
〒992-0022 米沢市花沢町2695-

1

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~1	☺	☺	☺	☺	☺	
2:00~	☺	☺		3:00 6:30	☺	☺

初めてコンタクトをおつくりする方の受付は早めに終了します。(終了時間の1時

土曜日は昼休みなく、8:30~15:00ま



# 目玉いきいきライフ

目玉いきいきライフのコーナーでは、目の健康に関する情報や、耳より情報（眼科だけどっ）をお届けします。



## カラーコンタクトで眼のトラブルが急増しています

こんにちは。くつきりコンタクト店長の梅津です。



最近、カラーコンタクトレンズ（以下カラコン）を使っている人のなかで、眼の不調を訴える方が目立ってきています。

カラコンは通信販売や量販店で手軽に買えますが、中には品質の良くない製品もあります。眼科医でつくる日本コンタクトレンズ学会の調査によると、粗悪品の使用だけでなくケアに問題のあるケースも少なくないそうです。低年齢化も深刻な問題と取り上げています。

以前は度なしのカラコンは雑貨品扱いだったこともあり、トラブルが相次ぎました。厚生労働省は2009年から、度なしでも視力矯正用コンタクトと同様、高度管理医療機器（心臓ペースメーカーや補聴器と同等）として薬事法の規制対象としました。同学会によると、それを機に承認を受ける品目が大幅に増え、装用者も急増しているとのこと。

2012年7月から3か月間、全国の眼科医を対象に調査したところ、カラコンの眼障害395例が確認されました。20代以下が80%を占め、内訳をみると、15歳～19歳が41%、20～24歳30%、25～29歳16%と、若いほど多かったという結果でした。

原因は、コンタクト購入時に80%の人が眼科を受診しておらず、消毒やこすり洗いといった正しいケアをしていなかったのも36%にのぼりました。

コンタクトの素材そのものが粗悪品で問題がある場合と、取扱いの仕方にも問題がある場合があります。これはきちんと確認しておく必要があると思います。

コンタクトは眼にとっては異物であることを十分認識し、安易な使用は非常に危険であると忠告しています。



～目によいツボ講座～

### 精明(せいめい)

このツボは疲れ目や顔のひきつりなどによいといわれています。

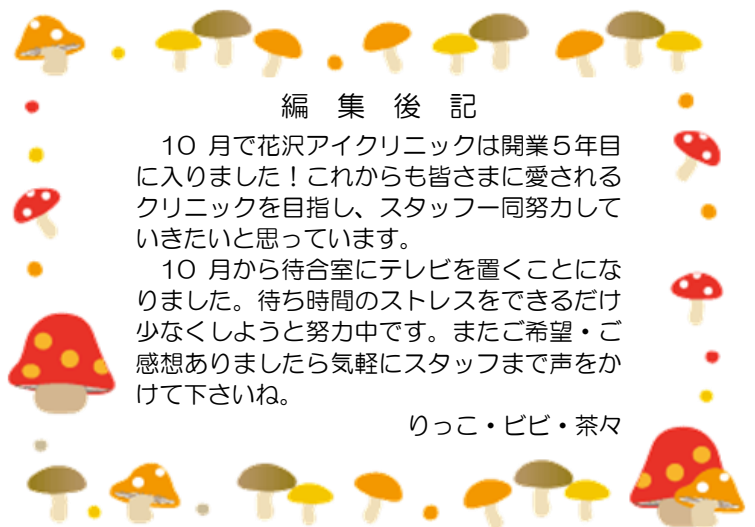


図のように人さし指でそれぞれのツボをおさえ、顔を前に倒すようにゆっくり力をかける。もどすを5～6回繰り返します。

### 精明

目頭と鼻の根元の中間のくぼみ

## 5年目も目玉いきいきライフ!



### 編集後記

10月で花沢アイクリニックは開業5年目に入りました!これからも皆さまに愛されるクリニックを目指し、スタッフ一同努力していきたいと思っています。

10月から待合室にテレビを置くことになりました。待ち時間のストレスをできるだけ少なくしようと努力中です。またご希望・ご感想ありましたら気軽にスタッフまで声をかけて下さいね。

りっこ・ビビ・茶々