

紫外線から目を守ろう！

こんにちは。院長の梅津由子です。風薫る5月、日差しのまぶしい日が多くなりました。陽気に誘われて外で活動する機会も増えてきます。今回は紫外線の眼に対する影響についてのお話です。



紫外線は3~4月ごろから増え始め、8月ごろにピークを迎えるといわれています。紫外線を浴びることで、お肌にトラブルが起きるように、目の病気の中にも紫外線が原因の一つに考えられているものがあります。

一つは翼状片（よくじょうへん）という病気です。

翼状片とは、白目の表面を覆っている半透明の膜である結膜が、目頭（めがしら）の方から黒目に三角形に入り込んでくる病気です。自覚症状としては充血や異物感などがあります。鏡で自分の目をみれば一目瞭然なので、「白目の一部が黒目に伸びてきた」というような症状で受診される人がほとんどです。しばしば両目に起こります。高齢者に多く病気の発生には紫外線が関係しているといわれています。

よくじょうへん



翼状片自体は悪性の組織ではなく、症状がなければ放置しても問題はないのですが、充血や異物感が強くなってくれば点眼などの治療を行います。根本治療には手術が必要です。また、翼状片が瞳の近くまで伸びてくると乱視が発生して見えにくくなるため、この場合も手術が必要となります。ただし、手術を行っても再発することが多く、この傾向は年が若いほど顕著です。

もう一つは、瞼裂斑（けんれつはん）といわれるものです。白目の部分が黄色く変色して盛り上がってくる、いわば眼のシミです。通常は鼻側にできやすいですが、両側にできる場合もあります。盛り上がった部分が瞬きでこすれて炎症を起こすこともあります。（瞼裂斑炎）紫外線は白内障の原因の一つでもあります。日差しの強い季節はお肌だけでなく帽子やサングラスなどで目のUVカットにも配慮しましょう。

ホームページ <http://www.hanazawa-eye.com>

〒992-0022 米沢市花沢町2695-

1

土曜日は昼休みなく、8:30~15:00まで

初めてコンタクトをおつくりする方の受付は

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

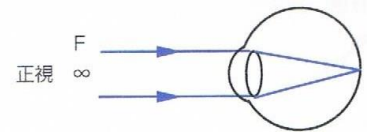
目玉いきいきライフ

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。

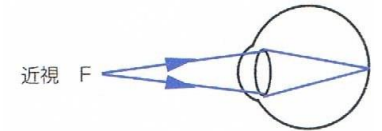


近視・遠視・乱視って？

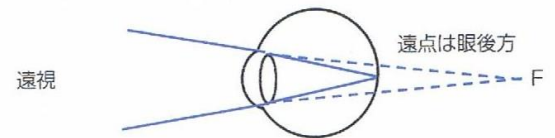
私たちは、物を見る時、目の筋肉を使って遠くや近くにピントを合わせています。遠視も近視もない眼の状態を正視と言い、正視の人はピントが遠方に合っているので、筋肉を使わなくとも遠くがすっきり見えます。



近視の人は、近くにピントが合っているので、近くは良く見えます。遠くは眼鏡などがないとすっきり見えません。



遠視の人はどこにもピントが合っていません。遠く・近くを見るためには、常に目の筋肉を働かせピント合わせをしなければなりません。そのため、正視や近視の人に比べてとても疲れやすくなります。



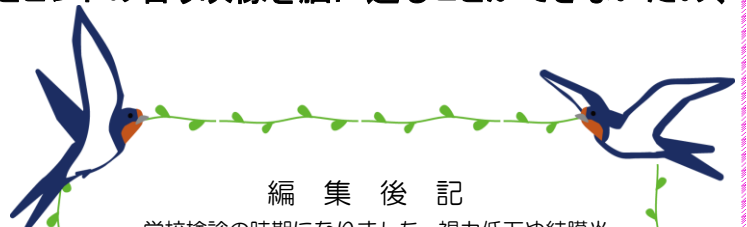
乱視の人は角膜と水晶体のゆがみによって、ピントがひとつに合わない状態になるため、ダブって見えます。

遠視・近視・乱視は眼鏡かコンタクトレンズによって矯正を行いますが、目的は二つあります。一つ目の目的は、映像を無理なく見れるようにするためです。近視の人は、矯正を行うことで遠くが見やすくなります。遠視の人は、眼鏡の度数によって目の筋肉を使わなくともピントの合うところができるため、眼精疲労を軽減できます。乱視の眼鏡はピントをひとつにすることですっきり見えるようになります。

二つ目の目的は、子供の視力の発達を促すことです。子供の場合は、ピントの合う映像を脳に送ることで視力が発達します。遠視や乱視があるとピントの合う映像を脳に送ることができないため、眼鏡で矯正する必要があります。

爽やかな風を感じて、

目玉いきいきライフ！



編集後記

学校検診の時期になりました。視力低下や結膜炎など指摘されたときは、早めに診察を受けておきましょう。これを機にメガネやコンタクトをあわせてみるのもいいですね。くっきりコンタクトでは、各種コンタクトやメガネも取り扱っています。気軽にのぞいてみて下さい。イケメン店長（笑）がおいしいコーヒーをいれてお待ちしております。くっきり見える目で、初夏をおもいっきり楽しみましょう♪

りっこ・ビビ・茶々