

散瞳(さんどう)のお話



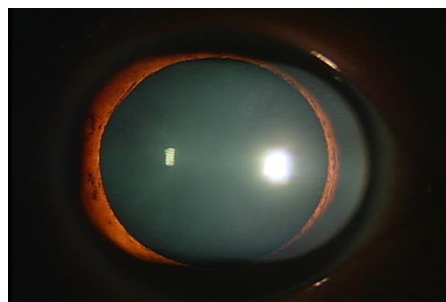
こんにちは。院長の梅津由子です。

桜前線が北上し、各地で満開の話題がニュースにのぼるようになりました。心浮き立つ季節ですが、今年はスギ花粉の飛散が多く花粉症の方は憂鬱な毎日かと思えます。5月の連休までは点眼・内服を欠かさないようにしてください。

さて、道路の雪もなくなり、冬の間は運転を控えていた方も車で外出する機会が増えたのではないのでしょうか？眼科を受診する時にご自分で車を運転する方が多いのですが、その場合、問題になるのが『散瞳(さんどう)』です。診療後に車の運転がしにくくなってしまいますからです。

「散瞳」とは「瞳孔(ひとみ)を開く」ことで、水晶体・硝子体・網膜・視神経などを観察するために必要です。ミドリンPという点眼液をさすと、20~30分で瞳孔が大きくなります。そもそも瞳孔は明るいとき小さくなり、暗いとき大きくなって眼の中に差し込む光の量を調節しています。強制的に瞳孔を開くことで白内障の全体像や、眼底をくまなく観察することができるようになります。60歳以上の方では、白内障や網膜・視神経の病気も増えますから、1年に1回は散瞳することをお勧めしています。

瞳孔の状態が元に戻るまでは3~4時間かかります。その間はピントが合いにくくなりますし、かなりまぶしいため、原則として車の運転はやめていただいています。ただ、散瞳後の見え方には相当に個人差があって「散瞳してもほとんど変わらない」という方もいらっしゃいます。実際、散瞳したにもかかわらずサングラスをかけて車を運転して帰られる方もおられます。散瞳後の運転能力にはかなり個人差がありますし、飲酒運転と違って法律で明確に禁止されているわけでもありません。それでも慎重を期すに越したことはないと考えます。万が一にも事故を起こしてしまったら大変です。なお、片目だけの散瞳ならそれほど運転能力は落ちないようです。そもそも片目失明でも運転免許は取得できますから。それでも、いつもの感覚とはだいぶ違いますので、できるだけ運転は避けたほうが無難です。



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。



教えて！視能訓練士さん～学校検診Q&A～

視力が下がり、再検査の通知をもらいました。用紙に書いてある視力の判定はどんな見え方なの？

- A (1.0 以上)：教室の一番後ろの席からでも黒板の字を楽に読めます。
- B (0.7～0.9)：教室の真ん中より後ろの席にいても黒板の字をほとんど読めますが、小さい字になると見えにくいものがあります。
- C (0.3～0.6)：真ん中より前の席でも小さな文字が半分くらいしか読み取れません。
- D (0.2 以下)：一番前の席に座っても、眼鏡がなければ、はっきり読み取れません。

眼科では、どんな検査をするの？

屈折検査、視力検査（遠方・近方）があります。必要に応じて、斜視の検査や眼鏡処方、目薬をつけてさらに詳しい視力検査を行います。

さらに詳しい検査って？

ものを見ようとするとき、眼の中の筋肉が緊張して、ピント合わせを行います。この働きを「調節」と言います。仮性近視や遠視の検査では、一時的に調節を休める目薬をした上での検査が必要になる場合もあります。

目薬をして1時間かけて散瞳し（瞳孔を大きく開く）、この状態で屈折検査、視力検査を行います。散瞳後はいつもよりまぶしく感じ、近くのものが見えにくくなります。

瞳が元の状態に戻るまで1日ぐらいかかりますので、支障がない時に予約することをおすすめします。

眼科受診は必ず必要なの？

お子さんの場合、自分から黒板や教科書が「見えない」と訴えることはあまりありません。見えないのに無理をしていると、目が疲れやすくなり、授業になかなか集中できなくなることもあります。そのま
ま
にしておくと、視力が出にくくなることもありますので、学校検診で再検査の通知をもらったら、早め
に
眼科を受診しましょう。

視能訓練士ってどんな事をするの？

視能訓練士とは、国家資格をもった医療技術者です。眼科医師の指導・指示のもと、視能検査を行うとともに、斜視・弱視などの訓練治療や、視力障害者の視機能回復のための矯正訓練などにもたずさわっ
て
います。当院には2名の視能訓練士がいます。お子様の視力など心配な事があれば何でも相談して下さい。

視能訓練士ビッキちゃんのプロフィール

編集後記

書・絵画・写真を院内に飾り、ちょっとしたギャラリーのようになりました。待ち時間の時にでも、素晴らしい作品をじっくりご覧ください。

★好きな俳優は、竹野内豊♥

★昼ドラ大好き♪「花嫁のれん」サイコ
ー！

★湯布院に行きた〜い♫

★子供達の笑顔で元気になります。



みんな来てね！



新学期も目玉いきいきライフ！