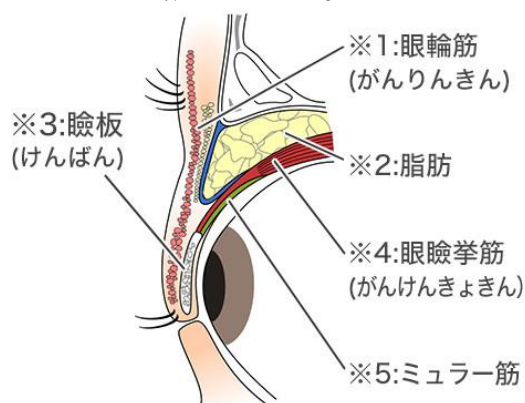


まぶたのおはなし



こんにちは。院長の梅津由子です。

今回はまぶたのお話をしたいと思います。まずは、まぶたの基本構造について説明します。



- 1.眼輪筋**：目の周りを取り巻いている筋肉で、まぶたを閉じるため必要です。
- 2.眼窩脂肪**：眼球の周りを覆っている脂肪です。上まぶたにも下まぶたにも存在します。
- 3.瞼板**：まぶたの縁にある少し硬い部分で、瞼板を持ち上げて目を開けます。
- 4.眼瞼挙筋**：まぶたを持ち上げる筋肉。
- 5.ミュラー筋**：瞼板と眼瞼挙筋の間にある筋肉です。

まぶたの開閉は、まぶたの下縁にある瞼板という組織を、眼瞼挙筋とミュラー筋、2つの筋肉が収縮することで引き上げて開きます。目を開いたときに上眼瞼縁が正常の位置〔角膜（くろめ）の上方が少し隠れる高さ〕より下がっている状態を「眼瞼下垂」といいますが、このことにより、上方の視野が狭く感じられたり、外見が悪くなったりといった不都合が起こります。

眼瞼挙筋の力が弱かったり、眼瞼挙筋と瞼板との結合がゆるんでいる（伸びている）と、瞼板をうまく引き上げることができず、眼瞼下垂の原因となります。

前者の場合は筋肉そのものに問題があることが多く、ほとんどの場合先天的な異常であり、先天性眼瞼下垂と呼ばれます。

後者の場合は長期にわたるハードコンタクトや目をこする癖のある方、目を酷使する方に多いので後天性眼瞼下垂とも呼ばれます。

また、開き具合が悪くなると眉毛を無理に引き上げて目を開けようとするため、額の筋肉（前頭筋）を使いすぎてしまい、頭痛などの症状を引き起こすとも言われています。

治療は眼瞼下垂の原因、症状、程度に合わせて手術を行うことになります。

まぶたは一見単なる薄い皮膚のようですが、実はいろいろなパーツが組み合わさって精巧にできていることに驚かされます。

当院がオープンしてこの10月で8年目となります。これからも地域の皆様に寄り添い、少しでもお役に立てるようスタッフ一同努めてまいります。

どうぞよろしくお願い致します。



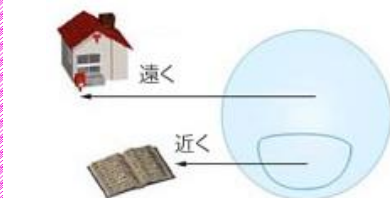
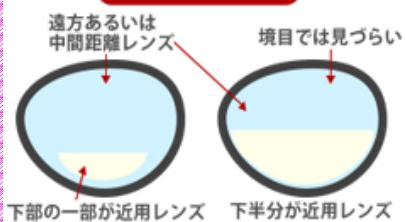
目玉いきいきライフ

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。



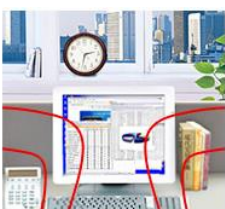
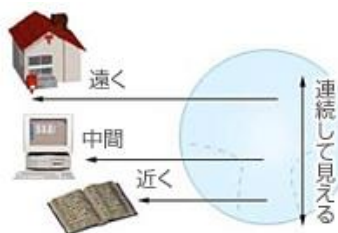
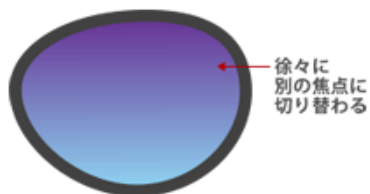
おとなのメガネ作成のポイントその2

二重焦点レンズの例



2焦点レンズの見え方イメージ

累進多焦点レンズのイメージ



累進屈折力レンズの見え方イメージ

《多焦点レンズ》

1枚のレンズの中に、2つ以上の異なる度数のあるレンズのことです。
40歳くらいで手元が見えにくくなる「老眼」になった場合の遠近両用メガネなどで使用されるレンズです。

遠くと近く、ちょっと先と手元などの、複数の場所に焦点が合うようにレンズを入れます。以前は1枚のレンズの上には遠くの距離に焦点が合うレンズ、下には近くの距離に焦点が合うレンズと度数の違うレンズを組み合わせた境目のある「二重焦点レンズ」などが多かったのですが、最近では境目のない「累進多焦点レンズ」が主流になっています。

「二重焦点レンズ」は、度数の違うレンズの境目が目立つため、一目で老眼鏡とわかります。

「累進多焦点レンズ」は遠く・中間・近くと徐々に度数が切り替わり、切れ目なく見えるよう工夫されているので境目が目立ちません。しかし、1枚のレンズにたくさんの度数が入ることになるため、レンズ周辺部に歪んで見づらい部分が生じ、違和感を覚えることもあります。

最近の累進多焦点レンズは遠近両用だけでなく、室内用、デスクワーク用などの中近累進レンズ、近々累進レンズなども増え、バリエーション豊富になりました。

遠近両用レンズなど多焦点レンズの処方箋には、「加入度」が記載されています（例えば、ADD+1.0D）。これは、遠くを見るレンズに、近くを見やすくする度数を加えたという意味です。

老眼が始まったばかりの時期はまだ加入度が低い状態で、違和感は少ないです。年齢とともに加入度が進んでいくと横方向の視野のゆがみや揺れなどが気になってくる場合があります。初めて累進屈折眼鏡にする場合は、加入度の低い度数から始めましょう。

次回は様々な多焦点レンズ
の特徴についてお話し
します！

祝・8周年！
目玉いきい
きライフ！



編集後記

おかげさまで当院は10月で8周年となりました！くっきりコンタクトでは、使い捨てレンズをお使いの方に、お得なポイントカードをプレゼントします♪

プッチ・茶々・やこ

