

緑内障とは

1

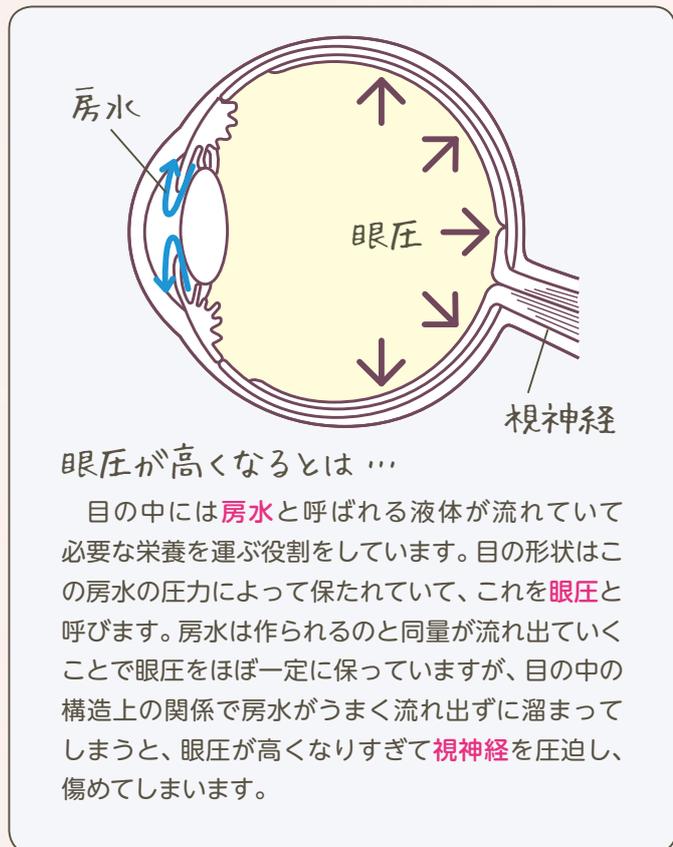
気付かぬうちに
見えなくなる!?

緑内障

本部保健師 きはら あやか 木原 綾香

保健室
中建国保の

緑内障とは、目と脳をつないでいる視神経が傷み、見えない部分が広がっていき病気で、最悪の場合失明に至ることもあります。眼圧が高くなることが原因の1つだと言われています。40歳以上では**20人に1人**という頻度で緑内障の患者さんがいることが分かっており、決して珍しい病気ではなく、年齢が上がるほどその頻度はさらに高くなります。



眼圧が高くなるとは …

目の中には**房水**と呼ばれる液体が流れていて必要な栄養を運ぶ役割をしています。目の形状はこの房水の圧力によって保たれていて、これを**眼圧**と呼びます。房水は作られるのと同量が流れ出ていくことで眼圧をほぼ一定に保っていますが、目の中の構造上の関係で房水がうまく流れ出ずに溜まってしまうと、眼圧が高くなりすぎて**視神経**を圧迫し、傷めてしまいます。

症状は?なぜ
気付きにくい?

2

緑内障にはいくつか種類があります。

眼圧が急激に上昇するタイプの緑内障では、頭痛や吐き気、目の痛み・充血などの激しい症状が現れます。

しかし、日本人に多いタイプは、**眼圧が正常範囲(10~20mmHg)であるにも関わらずゆっくりと症状が進む緑内障**です。眼圧に対する視神経の強さや耐久性には個人差があり、正常範囲の眼圧でも相対的に視神経が弱い場合に傷んでしまうとされています。

このタイプの緑内障では**自覚症状がほとんど**

ありません。典型的な症状は視野の一部が欠けて見えなくなっていくことですが、私たちは普段両方の目で見ているため、欠けた部分を脳の働きが補ってしまい視野の異常に気付きにくくなります。そのため、気付いたときにはかなり進行していることが多いのです。

さらに一度欠けた視野は元に戻すことができないため、**緑内障は日本人の中途失明の原因第1位**になっています。



緑内障の進行(イメージ)



初期

視野の一部に見えにくい部分ができます。自分では異常に気付かないことが多いです。



中期

視野の欠けが広がりますが片方の目で補われるため、まだ異常に気付かないことが多いようです。



後期

見える部分が狭くなり日常生活に支障が出ます。放置したままだと失明に至ります。

緑内障で一度傷んでしまった視神経は回復できません。そのため、これ以上視神経が傷んでしまわないようにすることを治療の目標に、目薬や飲み薬、必要に応じてレーザー治療や手術で眼圧を低くコントロールしていきます。正常範囲の眼圧で起こるタイプの緑内障に対しても、眼圧を下げることで効果があるということが分かっています。

治療を中断すれば眼圧はまた高くなってしまいますので基本的に生涯にわたり治療が必要になってきますが、早期発見と適切な治療が継続できれば、生涯十分な視野・視力を保てることも多くなっています。

もし緑内障と診断されたらどんな治療をする？

3

大切な目を守るために

4

40歳を過ぎたら年に1度は眼科で検査を受ける



もし緑内障と診断されたら通院や薬の使用を欠かさない



初期の段階ではほとんど自覚症状が無い緑内障。約9割の患者さんが自分が緑内障であることに気付いていないとも言われています。そのため、**早期発見には定期的に検査を受けることが大切になります。**