美女医が答えるリレーコラム

「最近よく人や物にぶつかる」は要注意

自由が丘のクリニックで院長を務める久保田先生

筋トレ眼科医・久保田明子

ある時、コンタクトの新調で受診された40代の患者さんがいらっしゃいました。問診でふとおっしゃったのが、「最近、よく人にぶつかるんだよなあ。この間は駅のホームで若者に舌打ちされるわ、コンタクトは外れるわで、踏んだり蹴ったりでさ」

ちょっと待って！診察の結果、その患者さんは緑内障であることが判明しました。緑内障とは何らかの原因で目の神経が障害され、見える範囲が狭くなる病気です。そして、失明原因の上位に位置します。

緑内障には慢性に進行するものと、眼圧が一気に上がることで頭痛、眼痛、吐き気などの症状を伴う急性のものがあります。日本では眼圧が高くないのに視神経が痛む正常眼圧緑内障の頻度が非常に高いことが分かっていますが、このタイプも含む慢性の緑内障は、一般的に自覚症状がほとんどありません。そして知らないうちに視神経が痛み、見える範囲が徐々に狭くなっていくのです。

また、目は2つあるため一方の目で見えない部分を反対の目が補ってしまうことで、末期になるまで異常を感じない厄介さもあります。

一度障害された視神経は元に戻すことができないため、治療の目標は進行を防ぐことになります。進行防止には眼圧を低くコントロールすることが最も有効とされ、一般的には、薬物療法、レーザー療法、手術があります。

最近の調査によると、40歳以上では20人に1人が緑内障と報告されており、また緑内障患者さんの約90％が、今回の方のように、自身では緑内障と気付いていない潜在患者であることも分かりました。

症状は、「人や物にぶつかる」「急須から湯のみにお茶を注ぐときにこぼす」「ゴルフのボールを打った瞬間見失う」など。視野が欠けるため、いわゆる「的を外す」という状態が起こるのです。

早期発見のために日常でできることとして、絵画などを片目ずつ眺めて、欠けて見えるところはないか確認するのも良いかもしれません。

緑内障の多くは慢性のもので、その通院・治療はほぼ一生にわたります。痛い、かゆいといった自覚症状がないからと、独自の判断で治療を中止してしまうことがないようお願いいたします。

脱いだら凄いんです♥

Q…主人がパーソナルトレーナーの仕事をしているため、最近の私のマイブームはジムで体を鍛えること。子育て中なので、抱っこで上腕筋は鍛えられていたのですが、近頃は腹筋も割れてきました。白衣の下は実はマッチョな眼科医です（笑い）。