

筋トレ眼科医・久保田明子



気づかない!? 糖尿病が呼ぶ目の病気

生活習慣病の一つである糖尿病。糖尿病腎症、神経症とともに、その三大合併症の一つとして糖尿病網膜症があります。糖尿病が原因で網膜という眼球の内側にある薄い神経の膜が障害を受け、中途失明の原因となる代表的な病気です。

網膜は目の中に入ってきた光を刺激として受け取り、脳への視神経に伝達する組織で、カメラでいうフィルムの働きをして

いるところ。網膜には光や色を感じる神経細胞が敷き詰められ、たくさんの細い血管が張り巡らされています。

糖尿病により血糖が高い状態が続くと、網膜の細い血管（毛細血管）は、少しずつ損傷を受けて変形したり、詰まったりします。血管が詰まると網膜の隅々まで酸素が行き届かなくなり、網膜全体が酸欠状態になってしまいます。そうすると、人間の体は新しい血管（新生血管）を生やして酸素不足を補おうとするのですが、新生血管は穴だらけで、とてもろくろく、容易に出血を起こしてしまいます。また、出血すると網膜に増殖組織というかさぶたのような膜が張ってきて、これが原因で網膜剥離を起こしてしま

います。初期の段階ではまだ自覚症状は見られませんが、目の中の血管の状態を見ると、小さな出血など少しずつ異常が表れます。中期になると、視界がかすむなどの症状が感じられ、この時、眼底には血管が詰まるなどの異常が起きたしています。

末期になると視力低下や飛蚊（ひぶん）症が起り、目の中では大きな出血や網膜の虚血状態が進行しています。中には視野の異常や眼痛が起こって初めて眼科を受診し、網膜剥離や緑内障などの病気を引き起こしている段階まで放置されている場合もあります。

まだ見えるから大丈夫、という自己判断は大変危険です。糖尿病網膜症は定期的な検診と早期の治療を行えば、進行を抑えることが可能な病気です。糖尿病の方は目の症状がなくても定期的に眼科を受診し、眼底検査を受けるようにしましょう。