

花沢アイクリニック通信

第11号

H23年8月

白内障について(その1)

こんにちは。花沢アイクリニック院長の梅津由子です。
今回から2回にわたって白内障についてお伝えします。
1回目は、白内障とはどんな病気なのかについてお話したいと思います。



目の構造はよくカメラにたとえられます。レンズが濁った古いカメラで撮った写真はピンボケのようなボーッとした写真になります。白内障もこれと同じでカメラのレンズに相当する「水晶体」に濁りが生じ、視界がかすんできます。濁りの範囲は少しずつ拡大し、濁りの濃さも進んでそれとともに徐々に見づらさがひどくなってきます。白内障になってもはじめのうちは症状がほとんどないので気がつきません。目が赤くなったり、目やにや痛みなどは白内障の症状ではありません。白内障のおもな症状は、まぶしい・目がかすむ、近視が進む、明るいところで見えにくい、視力の低下などがあり、近視や老眼と異なりメガネなどで矯正できません。

白内障の大部分を占める加齢白内障は白髪や肌の皺と同じで、年とともに誰にでも起きる変化です。自覚症状がなくても検査をすると水晶体の濁りが見つかる人は40代でも結構いますし、80歳以上では100%白内障が確認されます。

白内障は手術により視力を取り戻すことができますが、患者さん自身生活に全く不自由がないのなら、あわてて手術を受ける必要はありません。ただし、実際には、60歳を過ぎるあたりから自覚症状を訴え、治療を希望する人が増えてきます。

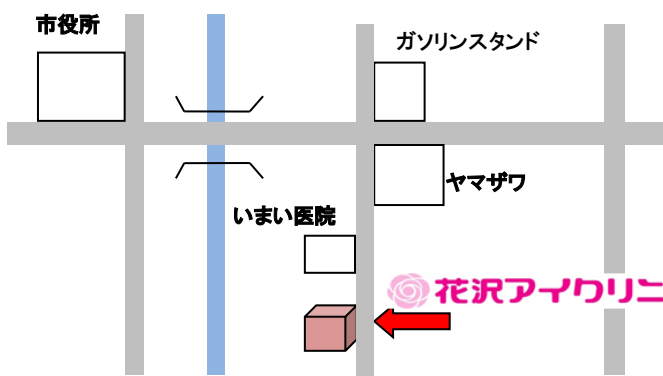
白内障があるかないかは眼科を受診し検査を受ければすぐにわかります。検査で水晶体に濁りが確認されれば白内障と診断されます。



来月は白内障の治療についてのお話です。

ホームページ

<http://www.hanazawa-eye.com>



受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~1	☺	☺	☺	☺	☺	
2:00~	☺	☺		3:00 6:30	☺	☺

土曜日は昼休みなく、8:30~15:00まで
コンタクト希望の方の受付締切は1時間前になりま

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。



夏から秋の花粉症



花粉症は春のスギ花粉が原因のイメージが強いですが、実は今の時期も花粉症に悩まされている方がけっこういます。今回は夏から秋にかけての花粉症に関してのおはなしです。

● 花粉症のメカニズムと症状 ●

花粉症はアレルゲンである花粉と、からだの免疫反応で始まります。鼻や口から花粉が侵入すると、体内ではそれに対抗するための免疫（IgE アイジーイー抗体）が作り出されます。再び花粉が体内に入り、IgE抗体が一定量に達すると、ヒスタミンなどの化学伝達物質を放出し、アレルギー症状が起こります。代表的な症状として、目のかゆみ、異物感、充血などがあります。重症になると、結膜に浮腫が生じることもあります。

● 花粉症対策 ●

《夏から秋の花粉》

イネ科:4月中旬～10月下旬

ブタクサ属:8月初旬～10月下旬

ヨモギ属:8月中旬～10月中旬

カナムグラ:8月中旬～10月下旬

スギ花粉と違い、広範囲に花粉が舞うことはありません。ですから、原因となる植物にできるだけ近寄らないようにすることで予防することができます（この時期のデンジャラスゾーンは、ゴルフ場、河川敷、公園、空き地、道端などです）。また、家の周りにはえている花粉症の原因となる植物は除草しておくのもよいですね。あらかじめ、この時期に花粉症になるとわかっているときは、花粉が飛散する前に点眼薬を予防投与しておくとう�효的です。

ちょっとティーブレイク



まだまだ暑い日が続きますね。今年は節電対策として、扇風機の売り上げが倍増しているそうです。しかし、いくら節電対策といっても、日中クーラーなしではつらいときもあります。そんな残暑を乗り切るため、冷たいお茶で一休みしてみませんか？今回はよりこ先生と編集3人がおすすめする冷たいお茶をご紹介します。

緑茶：カテキンの持つ殺菌作用はよく知られていますが、実はビタミンCの10倍、ビタミンEの20倍もの抗酸化力があると言われています。また、緑茶にはフッ素も含まれていて、虫歯予防にも効果的。りっこは、食後にいただいています。

麦茶：麦茶は血液の流動性を改善する効果があり、カフェインを含んでいないため、妊婦さんや赤ちゃんでも安心していただけます。よりこ先生が今年愛飲しているのは、だんな様が作った愛情麦茶です。

紅茶：強力な抗酸化力のあるポリフェノールが含まれています。中性脂肪の減少にも効果を発揮します。プッチは桃の香りをつけて楽しみました。

シャズミンティー：ジャズミンの香りがリラックス効果や集中力を高めます。ビビのお気に入りです。

夜空に秋の気配を感じて

目玉いきいきライフ！



編集後記

東日本大震災から半年が経とうとしています。まだまだ問題は山積みですが、日本が丸となり復興に向けて頑張っています。

しかし私たちの生活が普段どおりに戻ると、あの時に感じた恐怖や不安を忘れてしまうのも事実です。9月1日は防災の日です。これを機会に家族や職場で緊急時の避難や連絡方法など、確認したいと思います。

りっこ・ビビ・プッチ