

花沢アイクリニック通信

第114号

R2年6



ステイホーム かせいきんし Stay homeで仮性近視に!?



こんにちは。院長の梅津由子です。

猛威を振るったCOVID-19（新型コロナウイルス）も沈静化してきて、徐々に日常生活を取り戻しつつある今日この頃ですが、皆様はいかがお過ごしでしょうか？

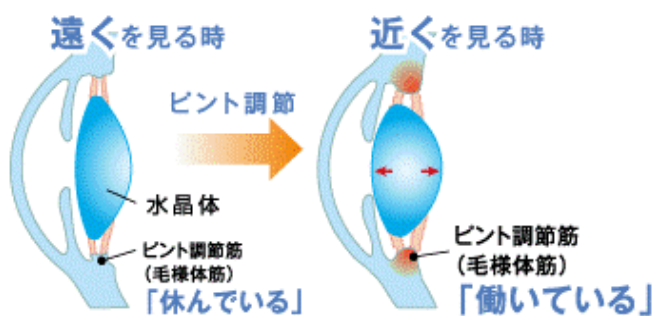
学校も再開し、親子ともども少しほっとしていることと思います。とはいえ、特効薬もワクチンもない状態では、まだまだ油断は大敵です。

さて、長い休みの間、大人も子供もスマホやタブレット、テレビなどを視聴する時間が長くなってしまったのではないのでしょうか。久々に学校で授業を受けたとき、以前に比べ黒板の字が見えにくいと感じているお子さんはいらっしゃいませんか？

もしかしたら、近視が進んでしまったか、あるいは仮性近視になっているかもしれません。

仮性近視は近視の初期ではなく、いわゆる近視とはメカニズムがまったく違うものです。

仮性近視は、近くのものを見続けることで引き起こされます。近くのものを見る際には、眼球の中に存在する毛様体筋もうようたいきんと呼ばれる筋肉が緊張する必要があります。毛様体筋が緊張することでレンズの役割を担う水晶体すいしょうたいの厚さが増し、網膜もうまくにしっかりと像が形成されます。



しかし、近くのものを見続けると、常時毛様体筋が緊張してしまい、なかなか緊張が解けなくなってしまう。こうなると、遠くのものを見ようとしても、うまく網膜にピントがあわなくなってしまう。このようにして引き起こされるのが、仮性近視であると考えられています。そのため、近くものは比較的よく見える

反面、遠くのもののがぼやける、といった症状が生じます。治療では、毛様体筋の緊張をほぐすための点眼薬が用いられることがあります。



花沢アイクリニック

〒992-0022 米沢市花沢町2695-1
0238(40)0606

土曜日は昼休みなく、8:30~14:00まで

受付時間	月	火	水	木	金	土
8:30~12:00	☺	☺	☺	☺	☺	☺
2:00~5:30	☺	☺	2:00 まで	3:00 6:30	☺	

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。



♪メガネは顔の一部です♪

認定眼鏡士
YASUが
ご説明します！

こんにちは。くつきりコンタクトの梅津です。

♪メガネは顔の一部です♪というのは、昔、関東でやっていたメガネ屋さんのCMです。当時の「メガネはダサイ」というイメージを払拭させようと、東京メガネが流していました。今はメガネをファッションとしてかけている方も多くなり、コンタクトの上から伊達メガネをかける方もいます。



しかし、子供が初めてメガネが必要となったとき、「小さいうちからメガネはかわいそう」と思う親御さんや、子供自身も「できればたくない」と思っている場合が多いようです。何とかかっこよく、似合うと言われればせめてもの救いというところ。では、どういうメガネを選べばよいのでしょうか。

メガネの見え方で一番重要なのが黒目の位置です。レンズの中央にきちんと収まっているかということ。次に重要なのは、レンズと目の距離（角膜頂点間距離）が12mmほどになっているかということ。メガネはそのように作られているのです。片手で付け外しをしたり、踏んでしまったりすると、中心がずれてしまったり鼻パットがつぶれたりします。そうするときちんとした視力は得られません。



次に似合うかどうかですが、小顔の方はほとんどのメガネが似合うように思います。顔の大きな方は、顔の横幅と同サイズの幅のメガネを選ぶと良いでしょう。メガネが小さすぎると、顔が膨張気味に見えてしまうかもしれません。小顔なのに幅の大きいものを選ぶと、昔のひょっこりひょうたん島の博士やサンダーバードのメガネさんみたいになってしまうので、注意して選んでください。



～受付時間変更のお知らせ～

令和2年5月より、土曜日の受付を午後14時で終了させていただきます。
ご迷惑をおかけして申し訳ありませんが、よろしく願い申し上げます。

