



2024 年

保健だより

10 月号



## 白内障

### ●白内障とは

白内障とは、人の眼の中にある水晶体が濁ってしまう病気です。水晶体は、外から入ってきた光を集めてピントを合わせ、網膜に像を写すことによって物を見るレンズの役目をする重要な組織です。通常、色は透明ですが、白内障になると白く濁ってしまうため、集めた光が上手く眼底に届かないため物が見えにくくなります。

加齢に伴って発症する場合は 9 割で、早ければ 40 歳代から発症し、80 歳を超えると程度の差はありますが、ほとんどの人に水晶体の濁りがみられます。

白内障の診断は、自覚している目の異常が近視や乱視など屈折の異常によるものかどうか、他の病気がないかどうかなど調べるために基本的な視力検査、屈折検査、眼圧検査を行います。

### ●白内障の症状

白内障が進行すると、光をまぶしく感じる、目がかすむ、暗いところで物が見えにくい、細かい文字が見えにくい、物が二重に見えるなどの自覚症状が現れます。片方の目から進行する場合と、両方の目にほぼ同時に起こる場合があります。両方の目に起こると視力が低下していることに気付きやすいのですが、片方の目だけが進行している場合には気付かないことがあります。時々、片方の目を隠して、見えにくくなってないか確認すると良いでしょう。

### ●白内障の治療

白内障による日本国内での失明率は3%程度と非常に低く、放置しなければ基本的には失明する病気ではありません。

しかし、一度発症すると薬では治らない病気です。点眼薬は白内障が発生する前に予防をするか、発症した初期に進行を遅らせる効果があります。白内障が進行して日常生活に支障がみられる場合には手術が行われます。白内障の手術は濁った水晶体を取り出し、新たに眼内レンズを挿入する方法が一般的です。手術と聞いて怖いと感じる人もいますが、白内障の手術は日本国内で年間 140 万件も行われており、日帰りでの白内障手術も普及しています。日帰りでの手術が可能かどうかは全身状態や合併症などによっても異なります。

疑わしい症状があれば放置せず、きちんと眼科を受診することで、白内障の進行を遅らせ、失明を防ぐことが出来ます。