

街の専門医

出張診療室

Vol.112

『ドライアイ』

あらき眼科
荒木 豊 院長



今月の担当医

■医師データ
荒木豊 富山県利根大学医学部(現富山大学医学部)卒、新潟大学医学部付属病院、山形県立中央病院、新潟市市民病院、新潟県立病院、新潟赤十字病院勤務を経て、新潟県総合病院(現柏崎総合医療センター)眼科医長、柏崎中央病院眼科医長、平成27年5月、あらき眼科開業。

現代では、テレビやパソコンなどが普及し、目を酷使することが多いため、疲れ目や目の不快感を感じる人が増加傾向にある。このような症状の原因として大きな要因となっているのが目の乾き、ドライアイだ。そこで今回は現代病とも言えるドライアイを取り上げる。解説はあらき眼科の荒木豊院長にお願した。

「ドライアイは涙の出る量が減ったり、涙が蒸発しやすくなることによって、目の表面が乾燥することで起こります。現在、日本では2000万人以上ものドライアイの患者さんがいると言われており、大変多くの方がドライアイに悩まされています。ドライアイとはどのような疾患なのか、具体的に解説していきます。

まず、涙は目にとって大変大事な役割を果たしています。目の表面を潤すことで目に傷がつかないように、潤滑油の役割を果たしてくれたり、さらには涙そのものが目の表面の細胞に栄養を供給しています。涙が減少すると、目の表面の細胞が栄養不足に陥ったり、瞬きによる摩擦で、目の表面に傷がついてしまいます。結果的に目の乾燥感、異物感、まぶしさ、疲れ目など多彩な症状を生じることになります。また、視力の低下の一因となることもあり、最近注目されています。

ドライアイはどのような方に起こりやすいのでしょうか？まず、年齢を重ねると涙の分泌量や質が低下します。また、パソコンなど目を酷使する作業をする方も要注意です。パソコンやスマートフォンを長時間見つめる作業を行うことで、ドライアイが起こりやすくなります。特に乾燥した場所ですごす時間が長いと悪化しやすくなります。その他に、薬による副作用が関与する場合もあります。血圧を下げる薬や精神疾患などの薬では、涙の分泌量が減少することがあります。また、シエーグレン症候群といわれる涙腺や唾液腺に対する自己免疫疾患でも、強いドライアイが生じます。

が、長時間目を使う作業は、瞬きをする回数が減るのでドライアイ症状が悪化します。意識的に瞬きをしたり、適度に休みを取ることが重要です。加湿器を用いたり、ドライアイ用眼鏡を装着するのも有効です。自分もドライアイかなと思ったら、一度眼科医に相談することを勧めます」(談)

今回解説していただいた荒木先生は、新潟大学眼科教室に入局後、長年、柏崎総合医療センターで眼科医長として柏崎地域の眼科医療に尽力し、今年5月に柏崎市内にてあらき眼科を開業された。病院勤務時代には、白内障手術、緑内障手術、加齢黄斑変性症抗VEGF療法など数多くの手術を行ってきた。目のことで気になることがあれば、荒木先生に相談してみてください。

あらき眼科
(診療科目：眼科)

診療時間	月	火	水	木	金	土
9:00~12:30	●	●	●	●	●	●
14:00~17:30	●	手術	●	●	●	●

※受付は午前8:30から、午後は13:30からになります
休診日/火曜午後(手術)・土曜午後・日曜・祝日

〒945-0044 新潟県柏崎市扇町1-7
TEL.(0257)32-8008
http://arakiganka.byoinnavi.jp/