

／ 経営者・従業員のための ／

# 健康

## ひとくちメモ



(公財) 福井県健康管理協会  
臨床検査技師  
東村 佳

## 白内障と緑内障

白内障と緑内障という病名を聞いたことはありますか。名前が似ているため、違いがわからない方も多いのではないのでしょうか。

### 白内障とは

白内障は、水晶体というレンズが加齢に伴って濁る病気です。視界が霞む、ぼやけてみえる、光がまぶしい、視力低下などの症状が現れます。

早い人では40代から始まり、60代で60%以上、70代で80%以上の人に白内障の進行がみられ、年を重ねればいつかは全員が罹ります。

白内障の治療は、比較的軽度なものであれば目薬で様子を見ることもありませんが、基本的には水晶体の濁りを取り、人工の眼内レンズを入れる手術によって視力の回復が可能です。

### 緑内障とは

緑内障は、目の硬さである眼圧が高くなって視神経が障害を受け、見える範囲が狭くなっていく病気です。

緑内障の治療は、点眼薬で眼圧を下げることが基本です。また、点眼治療で眼圧が十分に下がらない場合や

視野障害が進行する場合、レーザー治療や手術が必要になることがあります。しかし一度失ってしまった視野や視力は薬や手術によっても回復は見込めず、治療により視野障害や視力障害の進行をできるだけ抑えるようにしていきます。

緑内障の発症頻度は40代以上の20人に1人、60代以上の10人に1人以上と非常に高いにも関わらず、8割以上の方は治療を受けていないと言われています。

緑内障は初期や中期では自覚症状がほとんどないため、未治療の患者さんが多いのです。また、ゆっくりと進行するため、気づいたら視野の大部分を失っているという場合もあり、緑内障は日本の中途失明原因の第1位でもあります。

### 早期発見・治療のために 検査を受けましょう

残念ながら、視力検査だけでは、緑内障や白内障を見つけることはできません。40歳を過ぎたら、定期的に眼底検査や眼圧検査を受けることをおすすめします。

眼底検査とは、眼底鏡や眼底カメラ

を使って、眼底(目の奥)の血管や、視神経、網膜などの状態を調べる検査です。

眼圧検査とは、裸眼の状態で目の表面に空気を吹きつけて、眼球内の圧力を測定する検査です。個人差はありますが、眼圧の正常値は10〜21mmHgで、眼圧が高い場合には、緑内障や高眼圧症などの病気を見つけることができます。しかし、中には眼圧が正常にもかかわらず発症する「正常眼圧緑内障」があり、眼圧検査だけでは発見できないこともあるため、眼底検査と併用して検査することが大事です。

これらの検査は、健康診断や人間ドッグ、眼科などで受けることができます。ご自身の目の状態を把握するためにも定期的に検査を受けるようにしましょう。

