

もっと知りたい、健康のこと。

静岡赤十字病院広報誌

2021年・新春号

vol.357

|季|刊|発|行|

# 日赤NEWS

ほっとニュース

「眼瞼下垂」治療のご案内

しずおかクロス NAVI

外来患者アンケートの  
集計結果のご報告

**[特集]**

早期発見がなにより大切

# もっと知りたい、 緑内障のこと

information

「糖尿病教室」「腎臓病教室」  
「赤十字講習会」休講のお知らせ  
検温にご協力下さい

NPD静岡赤十字病院  
立体駐車場  
営業再開のお知らせ



注目の  
トピックス

今号のテーマ: 緑内障

# 早期発見がなにより大切 もっと知りたい、 緑内障のこと

日本人の失明原因として、現在最も多いとされている「緑内障」。身近に耳にする一方、じつは予防できる方法もなく、元に戻す方法もない、思いのほか恐ろしい病気です。

物の見え方は、生活の質に直接関わる問題。

早期発見の重要性を眼科副部長の松岡医師より伺います。

教えて  
ドクター  
Q & A

眼科 副部長  
松岡 貴大 医師

焼津市出身。浜松をはじめ県内各地の病院勤務を経て、2020年より当院副部長として着任。昨年11月に次男が誕生、2児の良きパパとして育児にも奮闘中、「院内保育室に通う長男と、毎朝一緒に出勤しています」と笑顔を見せてくれました。

Q 緑内障とはどんな病気？

A ひと言で説明すると、眼圧が高くなることにより視神経に障害が起こり、視野が狭くなる病気です。40歳以上の日本人のうち、20人に1人の割合で患者が存在すると推定されています。眼圧が高くなる原因により「正常眼圧緑内障」「閉塞隅角緑内障」などいくつかの種類に分類されます。

Q かかりはじめにはどんな症状がある？

A 視野の上方あたりに「暗点」と呼ばれるぼやけて見えない部分が生じ、それが少しずつ拡大、見える範囲が狭まっていくのが一般的。ただ実際には、目は常に動いていて、さらに両方の目が互いの見え方を補いつているので、それと気づくことはまずありません。本人が自覚したり、周囲の人に行動の異変を指摘される頃には、かなり症状は進んでいます。

Q どのような治療を行いますか？

A 症状の進行を食い止めるため、様々な方法で眼圧を低く維持できるようにコントロールします。主な方法としては点眼薬などを用いた薬物療法、また症状や種類によってはレーザー治療、手術を提案することもあります。レーザー治療や手術は通院での治療も可能、治療中・治療後の定期健診は必要ですが、日常生活を大きく変える必要はありません。



## 糖尿病網膜症から緑内障へ 失明の原因が変わってきた

イギリスの組織論学者・グラットン教授が、自著の中で「人生100年時代」という言葉を提唱したのは2016年(図1)。少し前まで耳慣れなかったこの言葉も、今ではかなり一般に浸透しています。実際に人生100年時代を迎える上で、視覚の担う役割はとて大きい。なぜなら視覚障害は生活の質を著しく低下させ、日常生活や社会生活の維持に大変な影響を及ぼすからです。

統計によると30年前の日本人の失明原因の第1位は糖尿病網膜症、以下緑内障、白内障が続きます。その背景には食の欧米化などライフスタイルの変化によって、生活習慣病を原因とした糖尿病が増えたことがあると考えられます(図2)。

一方、2020年の失明原因として、最も多かったのは緑内障。以下網膜色素変性症、糖尿病網膜症と続きます。糖尿病網膜症が順位を下げたのは、恐らく私たちの日常の中で糖尿病に対する危機意識が強くなったため。糖尿病に対して早期治療を施すことで、失明に至るような重度の網膜症を併発する頻度が少なくなったことは喜ばしいことではあります。

翻つて、緑内障はどうでしょう。日本人の失明原因の1位は緑内障だという事実がある一方、自身や家族など身近な人が患った場合を除いて、緑内障について積極的に関心を寄せている人はとても少ないように感じます。

### 一度失った視界は戻らない 早期発見の為に定期検診を

緑内障は視神経に障害が起これ、視野が狭くなる病気です。一般に進行速度は遅く、初期段階では自覚症状がほとんどない。逆にいえば、症状に気づいた頃には病気がかなり進んでいるということです。そしてここが多くの人知らない事実なのですが、一度失った視界は取り戻すことはできないのです。

もちろん適切な治療を施せば、進行を遅らせることは可能。治療では、眼圧を下げることににより、現状以上に視神経に障害を与えないようにしていきます(右ページQ&A参照)。ただ、いったん失った視界が戻ることはありませんから、早期発見が重要であることは明白です。ですから何をにおいても大事なのは、人間ドックなどで定期的な眼科検診を受けること。眼圧検査や眼底検査で眼圧異常や視神経の障害が見つければ、すぐ治療に踏み込むことが可能です(図3)。

思い描いた将来を全うするために、視覚の果たす役割はとても重要。今現在「物が見える」ということをあたり前だと感じている方も、視覚の担う役割や価値について、あらためて目を向けてほしいと切に願っています。



図1) 『LIFE SHIFT 人生100年時代の人生戦略』リンダ・グラットン、アンドリュー・スコット著、池村千秋訳(東洋経済新報社)。2016年発行、現在も読み続けられているロングセラー。

	1990年	2020年
第1位	糖尿病網膜症	緑内障
第2位	緑内障	網膜色素変性症
第3位	白内障	糖尿病網膜症

図2) 1990年、2020年での日本人の失明原因。糖尿病網膜症が順位を下げたが、緑内障の上位は変わらず。

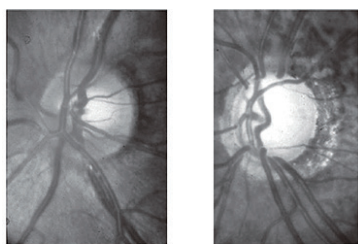


図3) 眼底部分の拡大図。正常な眼に比べて、緑内障では視神経乳頭(眼の奥にある、視神経の出入口)のへこみが大きいのがわかる(出典:日本眼科医会)

## INFORMATION

### NPD静岡赤十字病院 立体駐車場 営業再開のお知らせ

長らく休業していた立体駐車場ですが、2020年11月より営業時間を短縮して営業を再開しています。ご不便・ご迷惑をおかけしましたこととお詫び申し上げますとともに、皆様のご理解を賜りましたことに深く感謝申し上げます。

**【営業時間】7:30~18:00 ※土日祝休み**  
(当面の間、時間短縮及び平日のみの営業となります)

なお今後も感染状況や政府からの指示に基づき、営業を自粛させていただく可能性があります。臨時休業や利用施設の制限に関する情報は随時告知させていただきます。引き続きご理解・ご協力のほど、よろしくお願いいたします。

### 表紙を飾った静岡赤十字病院スタッフ

視能訓練士(左から)  
鈴木侑子さん 山岸千夏さん 勝又由美子さん



視能検査と視能矯正の専門職として、乳幼児から高齢者まであらゆる世代の目の健康をサポートするのが視能訓練士の仕事。当院眼科検査室では3名の視能訓練士が活躍中です。「見え方に不安のある患者さんも安心して検査を受けていただけるよう、わかりやすい説明を日々心がけています」と鈴木さん。清潔感あふれる笑顔が印象的な3人でした。





## 日帰り手術も可能です 「眼瞼下垂」治療のご案内

「近頃まぶたが重い」「視界が狭くなった」とお悩みの方、症状の原因が「眼瞼下垂(がんけんかすい)」と呼ばれるものなら、治療による改善が見込めるかもしれません。形成外科部長の鈴木先生にお話を伺いました。



「眼瞼下垂」とは、上まぶたが十分に開けられず、正面をまっすぐ見たときにまぶたが黒目に被っている状態のこと。目の機能や視力には異常はないのに物の見えにくさを感じるのであれば、疑ってみてもいいかもしれません。

原因の多くは加齢による皮膚のたるみや、まぶたを持ち上げる筋肉や腱膜のたるみ。重症になれば、無意識のうちに眉を上げようとして額にシワがよったり、指でまぶたを持ち上げたりと日常的に不自由さを感じる場面が増えてきます。転倒など思いがけない事故につながることもありますから、生活に支障をきたす場合は手術による治療をおすすめします。

手術は「たるんだ皮膚を切除する」「たるんだ筋肉や腱膜を縫合する」「別の部位の筋膜などを利用して吊りあげる」といったもので、どの方法をとるかは、眼瞼下垂の原因やご要

望に合わせて決めていきます。いずれの手術も、途中で目の開き具合や左右のバランスなどを調整しながら仕上げていくので、全身麻酔ではなく局所麻酔で大丈夫。一般的には日帰りで手術しますが、術後の腫れなど不安があれば入院対応もできます。両目を治療する場合は通常同時に手術しますが、希望すれば片目ずつの手術もできますし、いくつかの検査で眼瞼下垂の診断がつけば保険適応も可能です。

ご相談は形成外科で承りますが、当院では他の病気の可能性も考えて眼科や内科とも連携。日常生活の中で見え方に不自由を感じることがあれば、お気軽にご相談ください。

※診察と検査の結果、眼瞼下垂の診断がつかない場合は保険適応外となり、自費での治療となります。

術前



物が見えづらいため、前頭筋(おでこの筋肉)を使ってなんとか少し目を開けている状態。右眼のほうがより重症なため、右のおでこにシワが寄っている。

術後



前頭筋を使わなくても、楽に目が開けられるようになった。

## INFORMATION

インフォメーション

### 「糖尿病教室」「腎臓病教室」 「赤十字講習会」休講のお知らせ

新型コロナウイルス感染防止のため、「糖尿病教室」「腎臓病教室」「赤十字講習会」についてはしばらくの間、開催を休止します。再開についてはホームページで随時お知らせいたします。なお「赤十字講習会」については、日本赤十字社静岡県支部・講習普及係までお問い合わせください。

### 検温にご協力下さい

現在当院のすべての入口において検温を実施中です。特に1号館入口では発熱を自動検知するサーモグラフィカメラを設置していますが、正確に体温を測定するためには額を出してモニターに向けていただく必要があります。皆様のご協力を引き続きよろしくお願いいたします。またマスクの着用と手指の消毒に関しても、あわせてご協力をお願いします。



## 暮らしに役立つ情報をおとどけ しずおかクロスNAVI

### いっそう信頼される病院を目指します 外来患者アンケートの 集計結果のご報告

このたび当院では、医療サービスの向上を目的とし、外来患者さんを対象にアンケート調査を実施いたしました。多くの皆様のご協力を得て、貴重なご意見・ご要望を頂くことができました。誠にありがとうございます。簡単ではございますが、ここにアンケートの集計結果の一部をご報告いたします。

またこのほか、自由記載欄ではあたたかいお言葉をたくさんいただき、とても励みになりました。さまざまなご指摘・ご意見は真摯に受け止め、改善に向けて努力してまいります。

今後も患者の皆さまから信頼される病院、社会に貢献できる病院を目指してまいりますので、何卒よろしく願いいたします。

#### ●診察について

(満足5点、やや満足4点、どちらともいえない3点、やや不満2点、不満1点とし平均点を算出)

診断や治療方針について、今日までに医師から受けた説明は十分でしたか **4.4**

医師の説明は、わかりやすいですか **4.5**

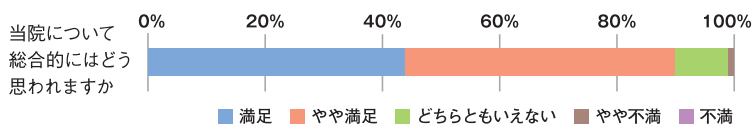
医師はあなたの話をよく聞いてくれますか **4.5**

診断や治療方針について、医師の説明を受けた際の疑問や意見は、医師に伝えられましたか **4.3**

診察時間の長さは十分ですか **4.4**

診察室はプライバシーが守られていますか **4.4**

#### ●その他全体的なことについて



調査日:令和2年10月20日(火)・21日(水) 調査対象:当日来院外来患者 有効回答数:664枚