



緑内障ってなあに？

茨城西南医療センター病院

眼科 科長 周藤 真

司会者：緑内障というのは白内障とどう違うのでしょうか。

周 藤：まずは物が見える仕組みを説明します。

「目」は、物を見るための小さな感覚器官です。外部から入ってきた情報を角膜、瞳孔、水晶体を通して網膜に映し出し、その信号が脳に伝えられることで、人や景色などすべてのものが見えています。目で物を見る仕組みは、デジタルカメラによく例えられます。レンズでピントを合わせ、昔でいうフィルム、現在は撮像素子で光を感じ取り、回路を通して情報が画像処理エンジンで処理されてメモリーに記録されます。レンズと同じ働きをするのが「水晶体」です。

昔でいうフィルム、デジタルカメラだと撮像素子の役目となるのが「網膜」です。回路が視神経、画像処理エンジン+メモリーが脳です。

レンズが濁るのが白内障で配線が痛むのが緑内障です。

司会者：緑内障とはこういった症状があるのでしょうか。

周 藤：視界の中で見えない部分が出てきてだんだん範囲が広がります。

これを視野が欠けると言います。

司会者：原因はなんのでしょうか。

周 藤：神経の病気なので体質、血流障害様々な原因がありますが、眼圧が高い事が大きくかかわります。

司会者：眼圧とはなんでしょう。

周 藤：目の中には「房水」という水が循環し血管のない角膜や水晶体に栄養を届けるとともに、生成と排出する量をコントロールしながら目の硬さを程よい状態に保っています。この房水による眼球内の圧力を「眼圧」といいます。

司会者：なぜ眼圧が高くなるのでしょうか。

周 藤：水の排出がうまくいかないと眼圧が高くなります。タイヤに空気を入れるとタイヤが硬くなるのと同じです。

司会者：眼圧が高いとなぜ緑内障になるのでしょうか。

周 藤：眼圧が高まってしまうと、目の奥にある視神経が圧迫されて壊されてしまいます。

司会者：眼圧の正常値はどれくらいですか。

周 藤：眼圧は20 mmHg 以下が正常範囲とされ、その数値を超えるような眼圧が続くと視神

経が障害を起こします。ところが、日本人の緑内障患者の眼圧は必ずしも高くはありません。眼圧が正常範囲でも発症する人もいて、視神経の血流の問題や弱さ、遺伝が関係しているほか、近視が強い人、男性よりは女性の方がなりやすいといわれています。つまり眼圧が16mmHgなのに神経が痛む方がいます。辛さに対する強さも人それぞれ違います。中辛のカレーを甘く感じる方もいれば辛くて食べられない人もいます。人それぞれ視神経が耐えられる眼圧は異なります。

司会者：どのように診断するのでしょうか。

周 藤：特殊な機械で神経の厚みを測ったり、視野の検査で見えない場所がないか調べます。

司会者：視野が欠けているのを感じたら受診すれば良いのでしょうか。

周 藤：もちろん自覚されたら早めの受診がお勧めですが、自覚する時に手遅れのことがおおいです。二つの眼でみていると片方が見えにくくなっても、もう片方の眼がカバーしてくれて気づかないこともありますし、人間の脳は欠けている部分を勝手に補うので気付かせません。例えば正常な人もマリオット盲点と言って見えない部分があります。普段自覚することは無いと思います。例えば真っ直ぐ見た時、右目は中心から少し右に見えない部分、左目は少し左に見えない部分があります。

司会者：どうすれば良いのでしょうか。

周 藤：40歳を過ぎたら健康診断で眼底検査、眼圧検査をうけましょう。そして要検査となったら必ず眼科を受診することが大切です。またご家族に重度の緑内障の方がいらっしゃる場合は20歳過ぎたら一度調べてみるのも良いかもしれません。

司会者：治療はどのようなものがありますか。

周 藤：緑内障は簡単にいうと「体よりも眼が先に老けていく」というイメージです。眼圧を下げることでなるべく眼と体が同じように老化していくように治療を開始します。まずは目薬、つまり点眼です。一種類で下がらない場合は種類を増やしたり、点眼で下がらない場合は手術を行うこともあります。

司会者：点眼、手術をすれば治るのでしょうか。

周 藤：白内障はレンズを交換するので進行していても手術で視力がかいぜんします。緑内障は残念ながら治りません。つまり欠けた視野は戻りません。しかし眼圧を下げることでなるべく進行を遅らせるというのが治療となります。したがって一生治療は継続してゆく必要があります。

司会者：進行のスピードはどれくらいですか？

周 藤：例えば眼圧が40-60などとても高い場合は1日単位、30から40くらいの方は週単位で悪くなる方もいます。眼圧が正常な方は10年、20年かけて少しずつ進行します。

また、ある日急に眼圧が高くなる急性緑内障発作というものがあります。目の中を巡っている房水の出口がもともと狭い方で何かの拍子に流れなくなると、水が排出できず眼圧が急上昇してしまい、眼球がカチカチに硬くなります。症状として激しい頭痛がしたり、黒目が濁って充血したり、目のかすみが見えます。

眼圧が60-70まで上がると1日で失明してしまうこともあります。頭痛がして眼が充血してかすんだら早めに眼科にかかりましょう。

司会者：点眼で気をつけることはありますか。

周 藤：自覚症状がないので、毎日目薬をつけることは難しいかもしれませんが歯磨きのようにしっかり毎日続けることが大切です。点眼は1滴入れれば十分です。1滴でも目に入る量より多く出ています。溢れたままにしておくと皮膚が荒れたりシミやシワの原因となります。また点眼後に目をパチパチ瞬きするのは効果がありません。瞬きすると人間の涙は鼻の方へ抜けていくので、10回パチパチしたら目薬はつけてないのと同じになってしまいます。目薬をしたら目頭を抑えて目を閉じるのがおすすめです。また点眼したつもりでも実際は眼に入っていないこともあるので点眼する際は家族に誰かに見てもらうのもいいでしょう。種類が違う点眼は5分以上開けて行うのも大切です。同時に点眼するとお互いに薄めあって効果が減ってしまいます。点眼が汚くなったら毎日バイキンを点眼することになるので、蓋をあけたら触らないように点眼しましょう。

司会者：最後にまとめをお願いします。

周 藤：緑内障は誰にでも起こりうる目の病気です。しかし自覚症状が無いため進行してから診断されることも多々あります。40歳を過ぎたら定期的に検診を受けるようにしましょう。そして、緑内障と診断されたら、しっかり治療を続けることが大切です。たとえ治療をして眼圧が下がっても、現代の医学では失われた視野は元には戻りません。中心部が見えなくなれば、失明してしまいます。それにもかかわらず多くの方が自覚症状がないこと、点眼が大変であるということで治療をやめてしまう方もいます。平均寿命は伸び続けています。30年先まで視力を失うことのないように、予防、治療をしっかり行う事をお勧めします。