

#### 第4回 アイドックと近視進行抑制の巻

さて、最後の放送になりました。楽しくしゃべってきましたが、今回はまぶたの話を離れて、当院で行っている、眼に特化した人間ドックのアイドックの話を前半に。後半は、夜寝ているときにはめて、朝起きたら近視が治っているという不思議なコンタクトレンズであるオルソケラトロジーのお話をさせていただきます。

どちらもちょっと新しいコンセプトの内容ですので、初めて聞くという方も多いと思います。よ〜く聞いてくださいね。

①アイドック：50才を超えたら人間ドックを受ける方も多いと思いますが、人間ドックの言葉の意味は知っていますか？これ、和製英語なので、サラリーマンとかと同じで、ヒューマンドックと英語で言っても、全く通じません。ドックは、船の修繕の工場のことで、昔から使われてきました。これは英語でも通じます。

人間ドックと言う言葉は、体に異常がないかどうか調べる検診のことと、辞書にも載っていますので、その目に特化したものを「アイドック」と名付けて、行っているのです。

神戸新聞にも6月に取材してもらいましたので、知っている方もおられると思いますが、通常行われている人間ドックの眼底写真判定では、分からないことが多すぎるのです。血管が細くても、血圧が高くて細くなっているのか、生まれつき細いのか、白内障がかかってきて眼底が見えにくくなっても、瞳孔の大きさが小さくて、眼底が映りにくくなっているのか、判断できないのです。

その点、当科のアイドックでは、検査にプラスして、診察もうけられますので、病気を見落とす可能性が少なくなります。調べる項目は10項目に上ります。

1. 身長、体重、血圧、体脂肪率： で、まずは体のデータを取ります。
2. 屈折力、視力： 近視や遠視などの目の形、見え方を計測します
3. 眼圧： 目を膨らませている圧力です。高い方には緑内障の人がいます。
4. 角膜トポグラフィ： 角膜の乱視を図にして示します。
5. 角膜内皮細胞数、角膜厚： 角膜を透明に保つ細胞数を調べます。コンタクトレンズを長期にしている方では、減っていることがあります。
6. 眼底写真： 高血圧、動脈硬化、糖尿病などのときに血管に変化が出ます。
7. 網膜黄斑部OCT： OCTとは目のCTで、網膜の断面図を正確に写真に撮ることがきる最新の機械です。加齢性黄斑変性がないかどうか調べます。
8. 視神経OCT： 視神経の断面図を調べて、緑内障がないかどうかみます。
9. 視野検査： 自分では気づかないような微小な変化もとらえることができます。
10. 実際の診察：眼瞼下垂の有無、前房深度確認、白内障の有無、ドライアイの有無

全部を行うのが、緑内障（グリーン）コース、視野と視神経OCTを省いたものが、白内障（シルバー）コースとなっております。いまはキャンペーン価格で、シルバーコースが7500円、グリーンコースが10000円で受けることができます。予約制です。大体二か月先まで埋まっていますので、お早目に電話でご予約ください。

つぎに、近視進行抑制の話に移ります。

近視になってしまったら、もうしょうがないと諦めている方は多いと思います。それをくつがえしたのが、15年ほど前から流行っているLASIC（レーシック）です。この手術は、角膜を薄くめくってその下の角膜実質というところにレーザーをあてて角膜をけずり、薄くします。最後にめくったフラップを戻して出来上がりです。今は手技もかなり安定してきたので、受けるのにそれほど怖いことはないのですが、一回手術を受けてしまうと、もうもとの角膜には戻すことはできません。

一番問題となっているのが、老眼が出てくるくらいの年齢の人が、LASICをうけると、今まで近くは見えていたのが、全く見えなくなり、また調節力が落ちて、生活が逆に不便になったと訴えている方がおられることです。

また、近視が進行していく若い方には手術適応がないのが実情です。通常20歳以上の方が適応です。

②そこで、お勧めしたいのが、オルソケラトロジーです。

これは、夜寝ている間に装用して、朝起きたら外すタイプのハードコンタクトレンズで、角膜を押さえて、角膜の形を少しだけ薄くして近視を直すのです。コルセットのようなものと考えてください。一日だけでは、きっちり見えるところまでは行かないですが、二日、三日とすることによって、はっきり見えている時間が長くなり、日中は1.0以上の視力を保つことができるようになります。近視の強い人は、それなりに時間がかかりますが、たいてい5日間程度で矯正は完成します。逆に外して三日もすれば、もとの近視に戻ってしまいますので、遠くが見えているのがしんどい場合は、近視に戻ることができるということです。

このレンズは、保険適応ではないのですが、当院では両眼で10万円＋消費税で提供しています。両親ともにきつい近視で、子供さんも強度近視になる可能性が高い場合など、コンタクトレンズが出来る年齢になっていれば、このオルソレンズをすることで、近視がそれ以上進むのを抑制することができます。適応は、-6Dまでなので、それ以上進む前に、是非矯正を開始してほしいと思っています。

土曜日の午後1時からオルソ外来をしていますので、まずは、そこでご相談ください。

③オルソレンズがどうしてもできない人：ハードレンズが痛すぎてできない、年齢が若すぎてできないという場合には、マイオピンという点眼を処方することになっています。

この薬は、シンガポールで開発された点眼薬ですが、日本でも40年以上前から使われているアトロピン1%という調節麻痺の薬を100倍に薄めて0.01%にして、副作用を少なくした目薬です。この濃度でも、瞳孔がわずかに開く人がいますが、見え方にはほとんど影響はありません。また、のぼせたように顔が赤くなるような副作用は、ほとんどありません。

この目薬は、近視を直すものではありませんが、70%の人で、近視の進行が抑制されたと報告されています。これも自費診療ですが、視力検査も含めまして、一本5000円＋消費税で販売しております。一本で、だいたい2か月くらい点眼できます。

この目薬の処方に関しては、随時行っておりますので、診察時間内にお越しください。

以上、4回にわたって話をしてきましたが、地域の医療レベル向上のために、またかかりつけの眼科医を目指して頑張っていきますので、これからもどうぞよろしくお願いいたします。