

## 第42回 眼の乾燥にご注意！

### (1)ドライアイ

人間の眼は、涙の働きで目の表面にある角膜に酸素や栄養を供給したり、ごみや老廃物を洗い流したり、細菌などの異物の侵入を防いだりしています。

ドライアイは、目を守るのに欠かせない涙の量が不足したり、涙の質のバランスが崩れることによって涙が均等に行きわたらなくなり、目の表面に傷が生じる病気です。



ドライアイの主な症状は目が乾く、目がゴロゴロする、目が充血する、目が重い、疲れる…など多彩な慢性の目の不快感です。

ドライアイを治療せず、ほおっておくと視力低下や目を開けるのがつらくなったりしますが、初期症状としてはとても曖昧でなんとなく目が疲れやすいなど自分で気づきにくいのが難点です。

### (2)ドライアイの検査

当院のコラムでも何度か取り上げてきましたが、ドライアイの検査には涙の量の検査と涙の質の検査があります。

1. シルマー法：涙の分泌量を測るもので5分間で涙がどこまで紙に浸み込むかを測定します。



(※日本眼科医師会資料より)

2. 綿糸法：目の表面にどのくらい涙があるかを測るもので、濡れると変色する色素が含まれていて15秒間下まぶたに挟んで綿糸のどの部分まで色が変わるかをみます。

3. BUT検査：フルオレセインという黄色い染色液を点眼して、涙の安定性を調べる検査をBUT検査(涙液層破壊時間検査)といいます。これは、瞬きをしないで目を開けたままにして涙の層がどのくらいの時間で途切れるかを観察する検査です。

ドライアイ症状の程度を判断します。

### (3)当院の取り組み

ゆたに眼科では、医師の診断のもと、まずは必要な検査をおこないます。その結果、以下のような治療をおこなっております。

#### 1. 点眼薬処方

主に人工涙液やヒアルロン酸製剤などが用いられます。

そのほかに涙の質を安定させる点眼薬としてムチンを増やすジクアス、ムコスタUD点眼液などが処方されることがあります。

## 2. 悪化要因の除去

長時間のパソコン業や車の運転では、瞬きの回数が減るのでドライアイ症状を悪化させるため、適度の休憩をとることを推奨しております。

また、コンタクトレンズを使用中の患者さまには、装用時間を減らすことが指示されることがあります。

そのほか、保湿を図るための加湿器の利用を推奨することがあります。

なにか気になる症状でお困りの方は、お気軽にお問合せ下さい。

(2016.12.20)