

眼のコラム第3回は、ドライアイについてのお話です。

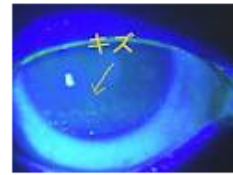
ドライアイとは

ドライアイは、目が乾燥することで起こる病気です。目の表面は常に涙によって守られています。

通常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、ホコリや老廃物を洗い流したり、

細菌などの異物侵入を防いでいます。

しかしドライアイでは、この大切な涙が不足して目の表面が乾燥することによって数々の不快症状を引き起こします。



ドライアイの主な症状

ドライアイの主な症状として、目が乾く、目がゴロゴロする、目が充血する、目が疲れやすい、

目が重いなど、様々な目の不快感を発生させます。ドライアイを治療せずにほっておくと、

視力低下や目を開けることがつらくなったりする場合がありますが、初期症状としては

とても曖昧で、何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。



ドライアイの検査

(1) 点眼薬処方

眼科ではうるおいを与える点眼薬や、眼障害を治す点眼薬が処方され、ほとんどの人はこの点眼薬で改善できます。主に人工涙液やヒアルロン酸製剤などが用いられます。



(2) 涙点プラグ

涙の出口である涙点に栓(涙点プラグ)をして、涙の生理的排出を遮断するような治療を行うこともあります。プラグの大きさや材質など、いろいろなものが開発されています。

***当院では涙点プラグの治療は行っておりません**

(3) 悪化要因の除去

長時間のパソコン、近方作業や車の運転など、瞬きの回数が減ることでドライアイ症状を悪化させます。適度の休みを取ることが大切です。また、コンタクトレンズの装用時間を減らす等調整も重要です。

(4) その他

目の保湿を図るために、加湿器を用いたり、エアコンの設定を変える事も効果的です。メガネの周りに覆いを付ける事も目の周りの湿度を上げるのに有効です。

眼科医の指示により、適切な対応を実施して、よりよい目の状態をキープしましょう。