

加齢黄斑変性(かれいおうはんへんせい)とは?

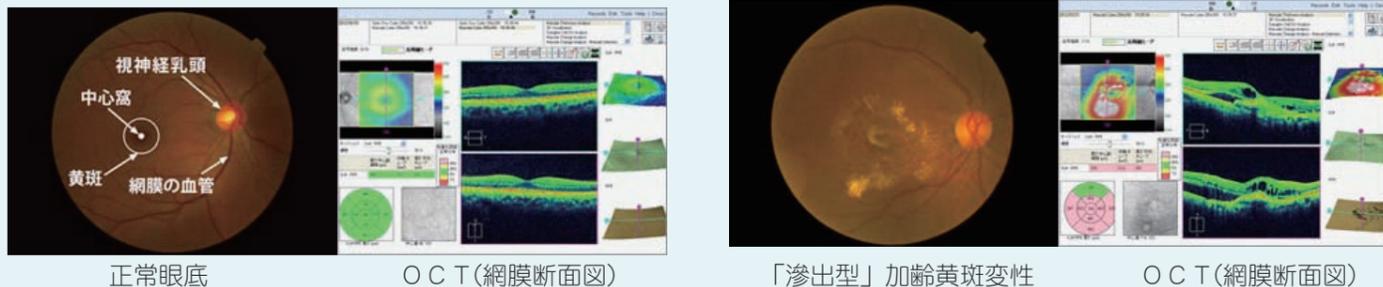
加齢黄斑変性は、文字通り加齢により網膜の中心部である黄斑に障害が生じ、見ようとするところが見えにくくなる病気です。

症状は?

- ①変視症：見たい部分がゆがんで見える
- ②視力低下：見たい部分がぼやけて見える
- ③コントラスト感度の低下：全体的にものが不鮮明に見える
- ④中心暗点：見たい部分が暗く見える

●加齢黄斑変性の種類

加齢黄斑変性には、2つのタイプがあり、脈絡膜から発生する新生血管の有無で「滲出型(しんしゅつがた)」と「萎縮型(いしゅくがた)」に分類されます。紙面の都合で「滲出型」加齢黄斑変性について書くことに致します。「滲出型」は、新生血管が黄斑部の脈絡膜から発生し、網膜側に伸びてくるタイプです。新生血管は、健康な状態では存在しない病的な血管です。非常にもろくて破れやすいので、出血や浮腫を生じ、急激な視力低下を引き起こすこともあります。



治療は?

治療の目的は脈絡膜新生血管の拡大を抑え退縮させ、視力を維持あるいは改善することです。

(1)薬物治療

脈絡膜新生血管の発生には血管内皮増殖因子(VEGF)が大きく関係していると考えられており、VEGFを阻害することにより新生血管の増殖や成長を抑制する治療法です。VEGFの働きを抑える薬剤を目の中(硝子体腔)に数週ごとに注射します。

(2)光線力学的療法(PDT)

光に反応する薬剤を点滴し、その後に非常に弱い出力の専用のレーザーを病変部に照射する治療法です。弱いレーザーによって薬剤を活性化させ、網膜へのダメージを抑えながら、新生血管を退縮させます。

(3)レーザー光凝固術

脈絡膜新生血管が黄斑の中心から離れた場所にある場合には強い出力のレーザー光線で病変を焼き固める治療法です。新生血管が中心窩にある場合は行われません。

●最後に

当院では、眼底検査や眼底カメラ撮影など従来の診察だけでは解りにくい網膜の状態、特に黄斑の断面をOCT検査で観察しています。OCT検査は、加齢黄斑変性の早期発見、その治療方針の決定や治療効果の判定に役立てることが出来ます。これらの機器を駆使しながら総合的に判断した上で、後送病院への紹介をさせて頂いています。

親切・丁寧・笑顔がモットー

梶川眼科医院 情報誌 (年4回季刊発行)

瞳きらきら通信

TEL 078-732-0091 兵庫県神戸市須磨区前池町3-4-1

2015
冬
vol.15



院長ごあいさつ

謹賀新年♪♪

今春より娘が社会人となる。昨今の今頃、就活が本格化の様相を呈して来た。「何のために働くのか?」このテーマについては、娘と何度か話し合ったことがある。当院の仕事観を伝えた。「私たちは、患者様とご家族、スタッフに貢献し満足を与えるために働きます。誰かのためになることが自分の喜びになります。」娘には、誰かのお役に立つ人間になって欲しい。社会貢献と自分の成長のために働く生き方は、素敵だ。

就活中の娘への問い掛けは「何でこの業種なのか?」「何でこの職種なのか?」「何でこの会社じゃないといけないのか?」今更ながら私の場合、「何で医師になったのか?」「何で眼科医になったのか?」「何で梶川眼科じゃないといけないのか?」



院長 梶川大介

就活とは、「自分は何のために働き、どこでそれを実現したいのか?」の第一歩を踏み出す価値のある組織を決定し、その組織から内定を勝ち取るプロセスとネット記事に書かれていた。私には、就活の経験はない。就活でとことん自分と向き合い、自己実現や夢に向かって取り組んでいる娘の姿に感心させられた。父親として娘に何かを伝えなければと思っていたのに、反対に娘から教えられることになるとうとは。

当院のロゴマークには、「心のこもった眼科医療を目指す」という理念を掲げ、「院長もスタッフも患者さんも老若男女を問わずみんなが、笑顔で感謝の気持ちに溢れ、幸せな医院を作る」という私の思いを込めている。つつい日常の仕事が忙しかったり、目の前に問題が発生すると、そこばかりに目が行ってしまい、本来の目的を忘れてしまう。昨年の私は、正にそんな感じだった。笑顔も少なく、みんなへの感謝の気持ちも忘れがち。。。ダメよお〜、ダメ!ダメ!!(日本エレキテル連合風に)今年、「そもそも、何のため?!」を意識して日々精進したいと思う。

2015年が、皆さまにとって笑顔で幸せに満ちた年になりますように♪♪

コラム数珠つなぎ



今回は、診療助手・山本がお届けします!

今、私が熱中しているものは、息子の少年野球の応援に行くことです!!暑い日も寒い日も、白球を必死に追いかけている息子の姿を頼もしく、また誇らしく思います。今年はいよいよ6年生!!この仲間達と共に野球ができる最後の1年。1日1日がかげがえのない思い出となるようにおもいきり野球を楽しんでほしいと思っています。また、監督、コーチ、仲間と一緒にひとつの目標に向かって日々の練習に励んでいる子供達を見ると、私は、子供達からチームワークの大切さや人に感謝する気持ちを改めて考えさせられる今日このごろです。



昨秋、診療が終わってから甲子園で催されるファン感謝デーに駆け付けました。いつもは1塁内野席から観ていますが、初めての3塁アルプス最上段から見る景色は爽快で、秋風も心地良かったです。

恒例の紅白戦にも何とか間に合い、藤浪投手がレフトを守り、大和選手や関本選手がピッチャーを務める姿にニンマリ。外野手が内野手として守備に着くと、普段と勝手が違うのか悪送球やお手玉も(苦笑)。一番の盛り上がりを見せたのは、西岡選手に扮した今成選手がパフォーマンスをした場面。

さすが「阪神のモノマネ王」の異名を持つだけのことはあり、打撃フォームも本人さながら本当に似ていました。さらに日本シリーズ第5戦、あの西岡選手の守備妨害プレーを完全にパロディー化して会場大爆笑。当の西岡選手は「まだ引きずっているの。」と苦笑い。



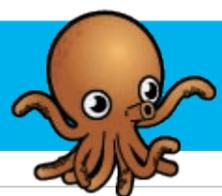
阪神タイガースファン感謝デー2014

講演会が控えていたので、後ろ髪を引かれる思いの中、わずか1時間で球場を後にすることに。。。(涙) 昨年ペナントレースを宿敵巨人に7.0ゲームもの大差をつけられ2位。最多勝利投手・首位打者・最多打点者・最多セーブ投手・最優秀中継ぎ投手などを擁しながら「何でやねん!!」

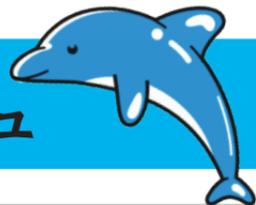
クライマックスでは、敵地東京ドームで巨人を4タテし気分爽快!!

9年ぶりに日本シリーズへ。「2003年のリベンジや!!」と熱く応援したのにソフトバンクにまさか、まさかの4タテを喰らい「何でやねん!!」でも、こんな阪神が大好きです。

今年こそ頼むぞ、阪神タイガース♡♡



須磨アクアイルミネージュ



昨年の年末、家の近くの須磨海浜水族園でイルミネーションと4Dレイライトマッピングをやっていたので見に行ってきた。

普段は飾りっ気のない水族園が、煌めいてめっちゃ綺麗だったのでびっくり。エントランス、メイン水槽の岩肌、味気ない廊下、水槽周り、庭の木々、天井まで本当にキラキラ尽くし。

イルカライブ館の大きな水槽に次々と映し出される幻想的な映像に目は釘付け。イントロ曲マイケルジャクソンのスリラーの演出は?(苦笑)。外での観覧になるので、結構サブかったです。

マリンアクアリストの私としては、今度はじっくりと魚ウォッチングをしたい気分でした。

今年3月1日(日)《点灯17:30~21:30》まで開催していまあす。



実は怖いブルーライト!!

【ブルーライトとは?!】

皆さんは、パソコン・液晶テレビ・スマートフォン・携帯電話・携帯ゲーム機などの電子機器を1日に何時間くらい見えていますか? 20歳代~50歳代のビジネスマンは、何と1日平均11時間以上もパソコンやスマホ等の画面を見つめているとの報告もあります。

実は、これら電子機器のLEDディスプレイからブルーライト(以下BL)と呼ばれる青色光が発せられ、様々な身体に大きな負担を与えることが心配されています。

●網膜への影響

BLを浴び続けると、網膜の中心部にある黄斑がダメージを受け、加齢とともに増える「加齢黄斑変性」の原因になる場合があります。

●肥満への影響

生体リズム(体内時計)が乱れると、血糖値を下げるホルモンであるインスリンの働きが低下し糖尿病のリスクを高めることはよく知られています。さらに、体温や心拍、血圧、血糖値、ホルモンなどといった生理機能の変動リズムにも影響し、糖尿病や高血圧、心筋梗塞といったメタボリックシンドロームのリスクを高めます。

●睡眠への影響

夜寝る前にスマホなどデジタル機器のモニターを長時間見ていると、BLによって睡眠に必要なメラトニンが抑制され、生体リズム(体内時計)の乱れを引き起こし、睡眠の質を下げる可能性があると言われています。網膜が強いBLの刺激を受けると、脳は「朝だ!!」と判断し、メラトニンという睡眠を司るホルモンの分泌が抑制され覚醒し、BLの量が減少すると「夜だ!!」と判断して、メラトニンの分泌が活発になります。生体リズム(体内時計)の乱れにより、自律神経系・内分泌系・免疫系にも悪影響を及ぼします

●精神への影響

私たちは、朝の光を浴びたり青空を見ると何となく晴れやかで気分になり、曇った空を見ると何となく憂うつな気分になります。これは、太古から私たちの脳に刻まれてきた生体反応のひとつと言えます。BLのような明るく強い光のシグナルは網膜から脳へと直接的に届けられ、心の状態に影響する色々なホルモンが刺激されます。

●癌への影響

夜間勤務の多い看護師や国際線の乗務員のように、生体リズム(体内時計)が乱れやすい職場で働く女性の場合、乳がんの発生率が非常に高いことがわかっています。生体リズム(体内時計)の乱れと癌発生の関連性を示すデータは数多く発表されています。

●眼精疲労(痛み、首や肩の凝りなど)

長時間にわたるデジタルディスプレイ機器作業が、眼精疲労やドライアイを招き、その原因は、姿勢の悪さ、ストレス、瞬きの回数の減少による目の乾燥と言われています。BLによる眼精疲労の原因として、①波長が短く散乱しやすい性質のため眩しさやチラつきなどを生じ、そのため脳がピント合わせに苦勞します。②他の光よりもエネルギーが強いため、瞳孔を縮めようとして目の筋肉も酷使されます。③顔面神経(三叉神経)が刺激され、痛みを生じます。

●予防対策は?!

(1)長時間の使用を控える。

「1時間のデジタルディスプレイ機器作業を行った際には15分程度の休憩を取る」ことが推奨されています。

(2)モニター画面の明るさを落とす。

(3)BLをカットする液晶モニター用フィルムやパソコン用メガネを使用する。

(4)睡眠の2時間前には電子機器を見ない。

夜間はBLの刺激をできるだけ少なくし、脳と身体を休めることが大切です。



院長も愛用のパソコン用メガネ

【ブルーライト研究会HPを参考】