

ドライアイについて

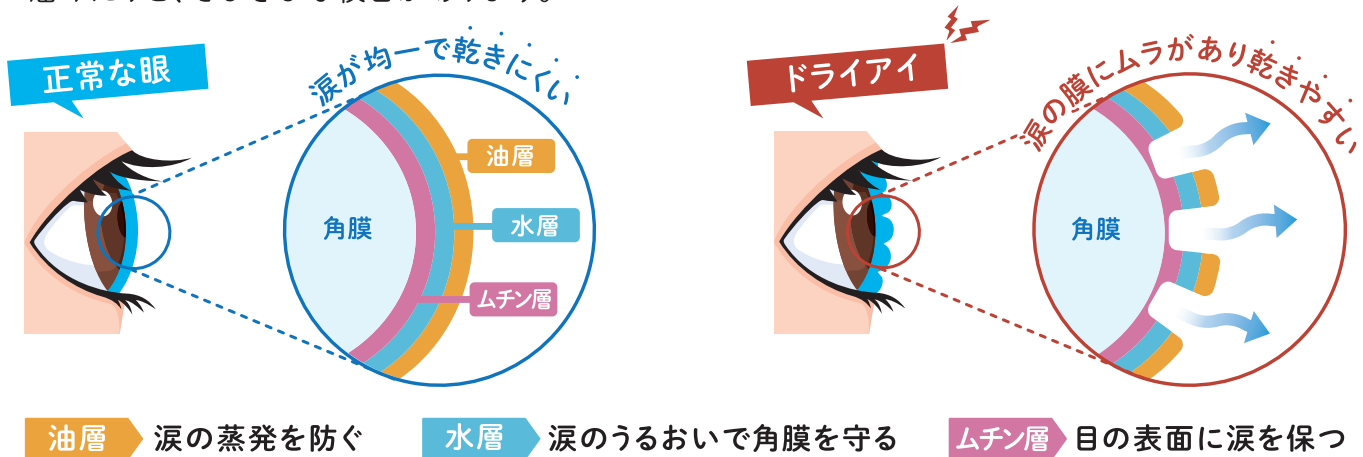
ドライアイは、目を守るために必要な涙の量が不足したり、涙の質のバランスが崩れることによって涙が保ちにくくなる病気です。さまざまな要因により涙液層の安定性が低下することで、眼の不快感や視機能異常を生じます。加齢による涙の減少やエアコンの使用、パソコンやスマートフォンの使用、コンタクトレンズ装用者の増加に伴い、ドライアイ患者数は増えてきています。



乾燥から目を守る涙の3層構造

※イメージ図

瞳の表面をおおって保護している涙は、単なる水ではありません。涙は外側から「油層」「水層」「ムチン層」の3層に分かれています。キズつきやすい目を細菌や異物から守ったり、角膜へ栄養分を届けたりと、さまざまな役目があります。



「目の乾き」だけではないドライアイの症状とは

ドライアイの症状はさまざまです。目が「乾く」という感覚は少なく、「目が疲れる」、「目がゴロゴロする」、「充血する」、「かすむ」などの症状を引き起こします。とくに近年、ドライアイで視力が低下することが分かってきました。視力が落ちたのは歳のせいだと思っていた方が、ドライアイのケアで見えるようになるケースもよくあります。現代人はさまざまなストレスにより涙の分泌が抑制されドライアイに傾きやすい環境にさらされています。

痛い

ゴロゴロする

見えにくい

ドライアイチェック!

＼ チェック項目が5つ以上なら、ドライアイの可能性あります ／

- | | | | |
|-----------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|--------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 目が疲れる | <input type="checkbox"/> 目が重たい感じがする | <input type="checkbox"/> 目が乾いた感じがする | <input type="checkbox"/> 目が痛い |
| <input type="checkbox"/> 目に不快感がある | <input type="checkbox"/> 時々かすんで見える | <input type="checkbox"/> 理由もなく涙が出る | <input type="checkbox"/> 光をまぶしく感じやすい |
| <input type="checkbox"/> 目がゴロゴロする | <input type="checkbox"/> 目がかゆい | <input type="checkbox"/> 目が赤くなりやすい | <input type="checkbox"/> めやにがでる |



日常生活から考えられる原因を知ろう!

パソコンやテレビ、携帯電話の画面などを見続ける生活により、知らず知らずのうちに目を酷使しています。その結果、目が疲れやすい、あるいは何となく目に不快を感じるという人が増えています。ドライアイを引き起こす要因や環境には以下のようなものがあります。

💧 モニターの凝視によるまばたきの減少

パソコンやテレビ、スマートフォンなどの画面を見続ける生活は、まばたきを減少させます。



💧 エアコンを長時間利用

冷暖房の効いた部屋は、室内が乾燥しているので、お肌の乾燥ばかりではなく、ドライアイの要因にもなります。



💧 緊張状態やストレスなどによる自律神経の乱れ

涙の分泌は副交感神経(リラックス時)に支配されており、交感神経(緊張時)が優位になると減少しやすくなります。



💧 コンタクトレンズの使用

角膜の知覚が鈍感になり、涙の分泌が減少。レンズの汚れや傷が涙の膜を不安定にしたり、結膜のムチン分泌を減少させます。



その他にも、シェーグレン症候群などの自己免疫疾患や、スティーブンス・ジョンソン症候群などの病気により、涙がほとんど出なくなり重篤なドライアイを引き起こす場合もあります。

ドライアイの治療

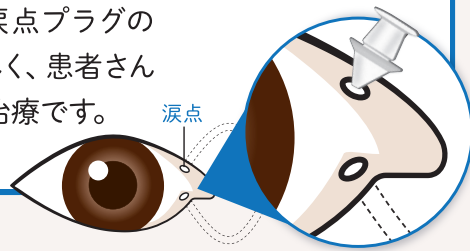
ドライアイは、さまざまな原因によって起こる病気です。患者さまの目の状態、検査結果から原因を考え、それに対して治療を行っています。おもな治療には点眼液によるものと涙点閉鎖による治療があります。

点眼薬による治療

ドライアイの場合、多くは適切な点眼薬の処方を受けることで、症状のコントロールが可能です。ドライアイの種類や程度によって処方される点眼薬は変わります。潤いを与える成分や、涙の蒸発をコントロールする目薬での治療を中心におこないます。

涙点プラグによる治療

重篤なドライアイで涙液がほとんど分泌されない場合は、涙の出口に栓をする涙点プラグを挿入することで、涙をためることができ、劇的に改善することができます。涙点プラグの装着は体にやさしく、患者さんに負担の少ない治療です。



SNS
更新中



院内の活動などについて掲載しています。
@kyoseikai.eye.doctor で検索、フォローお願いします!



院内の活動や目の病気などについて掲載しています。
@kyoseikai で検索、フォローお願いします!

LINE 公式アカウント | QRコードからお友達登録をお願いします

いくの眼科
十三本院



いくの眼科
武庫之荘院



医療法人恭青会
<https://kyoseikai.com/>



いくの眼科 十三本院と武庫之荘院と管理部の3拠点から構成されています。



いくの眼科
<https://kyoseikai.com/ikuno-eye/>
TEL.06-6309-4930



いくの眼科 武庫之荘院
<https://kyoseikai.com/mukonosou/>
TEL.06-6423-8871