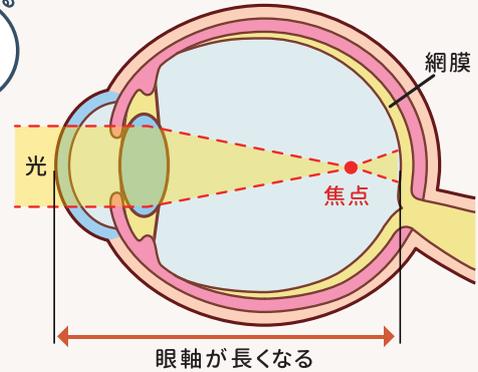


眼科 Ophthalmology

近視について

世界中で増加中

近視とは、遠くの物がはっきり見えにくくなる視力の状態です。これは、眼球の形状や角膜、レンズの屈折力の異常により、光が網膜の前で焦点を結んでしまうために起こります。



デジタル社会における近視の急増

近視は私たちの日常生活に密接に関連する視覚の問題です。昔は成人後に落ち着くとされていた近視ですが、デジタルデバイスの普及により、その発症年齢が低下し、近視人口は増加しています。現在、高校生の70%以上が近視であり、将来的にはほとんどの日本人が近視になると予測されています。この傾向は以前は近視が少なかった欧米でも見られ、世界的な問題となっています。



近視予防と現代の対策、そして新たな治療法への期待

昔は「近くで物を見ない」「暗いところで本を読まない」などのアドバイスが近視予防として一般的でしたが、あまり効果がないとされています。近年では、本を読まない子どもでも近視になるケースが増え、デジタルデバイスの使用が多い現代では、生活習慣だけで近視を予防するのは難しいため、近視管理が重要視されています。日本では低濃度アトロピン点眼剤やオルソケラトロジーが利用されていますが、保険適用外です。一方、海外では、近視進行を防ぐ眼鏡やコンタクトレンズが販売されていますが、日本ではまだ未承認です。今後の治療法の展開が期待されています。



近視の影響とリスク

近視は眼鏡などで矯正可能であり、視力が出るため「病気ではない」とする意見もあります。しかし、近年の研究では、近視がその場では問題がなくても、大人になってから緑内障や網膜の病気を引き起こす可能性があることがわかっています。つまり、近視は「万病のもと」とも言えるのです。



早期発見と専門医の受診

近視は低年齢で発症するほど進行が速いとされています。特に幼児期では自覚症状が乏しく、気づいた時には強度の近視になっていることも少なくありません。親御さんは常に注意を払い、近視を疑う場合には早めに眼科専門医を受診することが大切です。



肌に潜むトラブル

ニキビ

(尋常性座瘡)
じんじょうせいざそう

の原因・種類について

① ニキビの原因

ニキビ(尋常性座瘡)は、脂腺性毛包と呼ばれる、皮脂腺が発達した毛穴に生じる炎症性の疾患です。脂腺性毛包は顔面や前胸部、上背部に多く分布しており、これらの部位は特にニキビができやすい部分です。角化異常により毛穴の出口が詰まると、皮脂腺から過剰に分泌された皮脂や角質が毛包内に貯留し、「面皰(コメド)」と呼ばれるニキビの初期病変が生じます。皮膚常在菌であるアクネ菌(Cutibacterium acnes)が面皰内で増殖し、それに伴い炎症が引き起こされ、炎症性皮疹(赤ニキビや黄ニキビ)へと進行します。

② ニキビの種類

ニキビの進行

毛穴がつまる

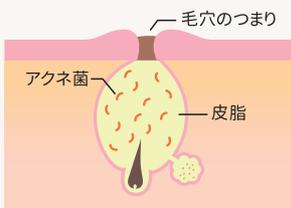
アクネ菌が増え炎症が起こる

ニキビあとになる

正常な毛穴

マイクロコメド/
ニキビの初期段階

ニキビの始まり。目には見えないが、たくさん存在している。

コメド/
白ニキビ・黒ニキビ

毛穴がつまった状態。触るとざらざらする。放っておくと赤ニキビになる。

赤ニキビ・黄ニキビ



アクネ菌が増えて炎症が起こっている状態。黄色い膿をもつこともある。

ニキビあと



でごぼこしたニキビあとは治療が難しい。



毛穴のつまりを引き起こす生活習慣

- 紫外線や化粧品によるダメージ
- 化粧品の洗い残し
- 新陳代謝の低下
- 便通障害
- ストレス・睡眠不足
- ビタミン・ミネラルの不足
- 男性ホルモンの過剰分泌
- 肌の乾燥

日本におけるニキビ治療の進歩と長期的な治療の重要性

ニキビは多くの方が経験するものであり、生命予後には影響を与えないため、「たかがニキビ」と軽視されがちです。そのため、日本におけるニキビ治療は、海外の標準治療から大きく遅れを取っていました。しかし、この10年ほどで新たな保険外用薬が承認されるなどしてガイドラインに基づいたニキビ治療が行われるようになり、世界標準に近づいてきています。ニキビ治療の目的は、抗菌・抗炎症、そして角化異常の是正にあり、治療期間は急性期だけでなく、維持期や慢性期にも及ぶため、患者さまにもその点をご理解いただくことが重要です。ニキビはくり返す慢性の病気です。焦らずきちんと治療を続けていくことで、ニキビが出来にくい肌作りを目指していきましょう。

医療法人恭青会グループ
<https://kyoseikai.com/>

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なかやま形成外科
美容クリニック<https://kyoseikai.com/nakayama-keisei/>
Tel. 06-4950-7140LINE 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
武庫之荘院なかやま形成外科
美容クリニック

Instagram @kyoseikai

Instagram @nakayama_clinic

Facebook @kyoseikai.eye.doctor