

小児の近視抑制について

今では低濃度アトロピン、オルソケラトロジー、多焦点コンタクトレンズなど治療も多彩になってきました。パソコンやスマホの使用時間が増えたことで、近くを見ることが習慣化してしまうと近視になりやすく、放って置くと、進行してしまいます。お子様の近視が疑われましたら、お早めの受診をおすすめいたします。

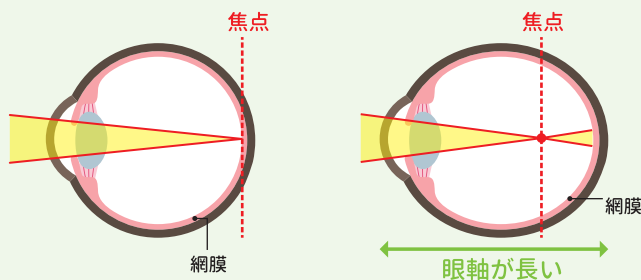


近視とは？

眼球の形が前後方向に長くなって、網膜より前にピントが合っている状態です。近くのモノは、はっきりと見える一方、遠くのモノはぼやけて見える状態です。

正常な状態

近視の状態



原因はなに？

近視の発症には、厳密な判定は不可能で、下記2つがともに深く関係して近視になると考えられています。

遺伝的要因

先祖や両親から受け継いでいる遺伝子によって生じるというもの。

環境要因

屋外活動の減少や近業の関与が報告されています。



世界共通で認識・信頼されている近視の原因は、**外遊びの減少**です。日光にあたる外遊びが少ない子供は近視になりやすいです。したがって近視の予防には日光にあたり、外で遊ばせることが最も近道かつ確実な方法とされています。ただ、日光にあたるといってもそこでスマホやゲームなどをしていたら、全く意味がありません。実際いくつかの国では、学校の昼休みや休憩中に外で遊ぶことを義務付け、記録をつけさせているところもあります。

治療法はある？

1 低濃度アトロピン点眼による予防

世界的にみて最も広く行われている治療です。アトロピン点眼は、毛様体筋の調節を麻痺させて、瞳を大きく広げる効果がある目薬で、小児の斜視や弱視の診断や治療に頻繁に使われているものです。アトロピン点眼には近視進行を抑制する強力な効果があることが判っています。副作用が少なく使いやすい目薬ですが、人によって効果が異なります。

2 オルソケラトロジーによる予防

ハードコンタクトレンズを睡眠時に装着して一時的に角膜の形状を平らにし、焦点を後方にずらします。翌朝レンズを外しても一定時間はその形状が続くので、日中は裸眼で過ごすことが可能になります。

3 多焦点ソフトコンタクトレンズによる予防

多焦点ソフトコンタクトレンズによって周辺部網膜の焦点ボケを軽減することで、眼軸の延長を抑え、近視の進行が抑制されることが複数の報告で示されています。ただこの方法は、前述した低濃度アトロピン点眼やオルソケラトロジーと比較して未だ有効性を裏付ける十分な科学的証拠（エビデンス）は得られていません。

問題点について

日本では3つの治療法のうち、標準治療となっているものは1つもなく、健康保険の適応ともなっていません。日本は有数の近視大国で、その人口もますます増えてきています。しかし、高価な抗がん剤や注射薬等に目がいきがちで、身近にある大きな問題になかなか注目されにくくなっています。そのため、治療法の確立も遅れているのが現状です。世界的に近視が問題になっていることもあり、今後は日本でも注目度が上がっていくと考えられます。これにより3つの治療法も標準治療になっていくと思われます。

私がお手伝いしている日本近視学会がしっかりとしたエビデンスを発信し、日本眼科医会・日本眼科学会とともに標準治療を作成していく予定です。簡単な標準治療の説明を日本近視学会監修の「親子で学ぶ近視サイト」で発信しています。ぜひこの機会にご覧ください。

日本
近視学会
監修

「親子で学ぶ近視サイト」について

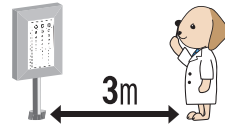
日本近視学会監修による近視予防サイトです。近視人口は世界的に増加しています。近視だからと言ってあまく見てはいけません。運が悪ければ、失明になる可能性もあります。予防できる場合もあるので、しっかりとした知識を身につけていきましょう。

親子で学べる近視サイト



ここがGOOD!

- ・パクラム博士が近視についてお子様にも分かりやすく説明してくれています。
- ・視力表を印刷して視力検査もできます。
- ・キャラクターが可愛くてお子様にも大人気です!



年末年始 休診のお知らせ

いくの眼科

※2020年12月28日(月)は、15:30で受付を終了
2020年12月29日(火)~2021年1月3日(日)
 2021年1月4日(月)より通常診療とさせていただきます。

あさいアイクリニック

※2020年12月31日(木)は、11:00で受付を終了
2021年1月1日(金)~2021年1月3日(日)
 2021年1月4日(月)より通常診療とさせていただきます。

活動情報はSNSよりご確認ください。

フォロー&イイね!
よろしくお願ひします。

Instagram

院内の活動や目の病気などについて掲載しています!
QRコードで読み込んでkyoseikaiのフォローをお願いします!



Twitter

診療時間、予定外の時間変更のお知らせなどをご案内しています。
@ikunoeye で検索してフォローをお願いします!

メールマガジンでお役立ち情報配信中!

登録
無料

目の病気・原因・しくみ、治療などさまざまな内容をお届けしています。またメルマガに登録していただければ、ご意見やご要望なども受付しております。この機会に是非登録よろしくお願いします。

登録フォーム

右記QRコードから登録できます。
またはURLを検索!
<https://kyoseikai.com/patients/>



配信予定

- メールマガジン電子版「慈恩」: 月1回配信
- ニュースター「慈恩」: 3か月に1回郵送

発行元: 〒532-0024 大阪市淀川区十三本町1-14-20 十三日和ビルV 3F 医療法人恭青会 管理部

医療法人恭青会



白内障手術 網膜硝子体手術 近視治療 眼瞼手術 眼科一般
いくの眼科
 ☎ 06-6309-4930

大阪市淀川区十三東2丁目9-10 十三駅前医療ビル3階
[いくの眼科 https://ikuno-eye.com/](https://ikuno-eye.com/)

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:00~12:00	●	▲	●	●	●	■	/
14:00~17:30	▲	◎	/	◎	●	/	/

●…受付可能。初診の方も診察できます。 ◎…受付可能。手術も行います。
 ▲…予約もしくは紹介状が必要となります。
 ■…第2・第4土曜は原則、院長診のため予約もしくは紹介状が必要となります。
 その他の土曜は初診受付が可能です。
 ※初診・予約の方は、午前・午後とも診療時間の15分前に受付終了です。
 ※予定外の診療により、時間変更になることがあります。

白内障手術 近視治療 眼瞼手術 眼科一般
あさいアイクリニック
 ☎ 06-6423-8871

兵庫県尼崎市南武庫之荘1-19-26 サークルFビル3階
[あさいアイクリニック https://asai-eye.com/](https://asai-eye.com/)

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30~12:30	●	●	/	★	●	●	/
15:30~18:30	●	●	/	/	●	/	/

★…名誉院長診 ー 網膜や手術の専門診察となります。
 ※名誉院長診は完全予約制です。

医療法人恭青会 <https://kyoseikai.com/>

2017年3月に医療法人恭青会を設立いたしました。
 現在はいくの眼科(十三本院)とあさいアイクリニック(武庫之荘分院)と管理部の3拠点から構成されています。