

紙ふうせん

第119号
2022.9.25

(特集) 加齢黄斑変性、歯科検診
発行責任者：日高 誠
<http://www.health-kikaku.co.jp/>



特集

か れ い お う は ん へ ん せ い 加齢黄斑変性

眼はカメラに例えられますが、フィルムの役割をする網膜に光が到達すると、その情報が脳に伝わり映像として認識されます(図1)。黄斑は網膜の中心部にあり、細かいものを見分けたり、色を識別したりする重要な組織です。

加齢黄斑変性は、黄斑がダメージを受けることで発症します。近年増加傾向にあり、緑内障や糖尿病網膜症などと同様に失明の原因となっています。

★主な原因★

喫煙(最も大きなリスク要因で、発症率が4倍)
太陽光、肥満、高脂肪食、加齢、抗酸化物質の摂取不足

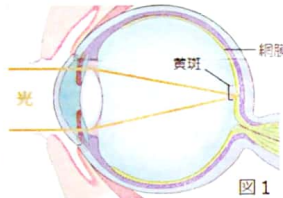


図1

初期では、視界や物がゆがんで見える、視力低下(中心が見にくい・ぼやける)などの症状が多く、進行すると色の区別がつきにくくなる、中心が暗く見えるといった症状が現れます。

ゆがみ	視力低下	色覚異常	中心暗点

加齢黄斑変性には、「萎縮型」、「滲出型」の2種類があります。

視力検査、眼底検査、網膜の断面図を見る検査(光干渉断層計)や造影剤を用いて眼底の新生血管(新しく伸びてくるもろい血管)の有無や造影剤の漏れなどを見る検査(蛍光眼底造影)などを用いて診断します。

	病態と原因	治療法
萎縮型	<ul style="list-style-type: none"> 老廃物が蓄積し網膜が栄養不足になり徐々に萎縮する 進行は遅く急激に悪化しない 	<p>有効な治療法がない</p> <ul style="list-style-type: none"> ライフスタイルと食生活の改善を心掛ける 滲出型に移行することもあるため経過観察
滲出型	<ul style="list-style-type: none"> 網膜の下に新生血管ができ、液成分が漏れ網膜が変形する 進行が早い 主な原因は喫煙 日本人のほとんどが滲出型 	<p>抗VEGF療法</p> <p>新生血管の成長を抑える薬を眼球内に注射する</p> <p>光線力学的療法(PDT)</p> <p>注射薬をレーザー光で活性化し、新生血管を閉塞させる</p> <p>レーザー光凝固術</p> <p>新生血管にレーザー光を当て焼き固める</p>

★日常生活で取り組める予防方法と症状の確認方法★

- ・喫煙している人は、禁煙しましょう
- ・抗酸化作用のあるビタミンC、ビタミンE、ルテインを含む緑黄色野菜^{オメガ}ω-3多価不飽和脂肪酸を含む魚類、またはサプリメントを摂取しましょう
- ・サングラスや帽子などを用いて、太陽光から眼を守りましょう
- ・片眼を隠して、視界がゆがんで見えないかチェックしましょう



片眼に発症すると、もう片方の眼も発症する可能性が高いといわれています。早期に発見できれば、治療して視力を維持もしくは回復することもできます。症状を自覚したら眼科を受診し、きちんと診断してもらいましょう。(折原)

今月の小ネタ

歯科検診

歯科検診は、主に虫歯や歯周病のチェック、口腔や顎周囲の機能を確認した後に、歯垢と歯石の除去や歯磨きの指導など、口腔ケアのアドバイスを行います。

定期的に歯科検診を受けることによって、自分では気づきにくい初期の虫歯や歯周病を発見・治療でき、より多くの歯を残すことができます。さらに、口腔の健康状態が糖尿病・心筋梗塞・脳梗塞など全身の病気にも影響しており、歯科検診によって予防することができます。このため、「国民皆歯科検診」の導入が検討されています。

予防・治療を行うことで様々な病気のリスクを減らすことができるため、日々の歯磨きだけでなく歯科検診に行き、歯のメンテナンスをしましょう。(新谷)



いちご薬局 かりん薬局 すみれ薬局
つくし薬局 さくらんぼ薬局 いちご薬局北店