

(特集) 緑内障、ブルーベリー  
発行責任者：高島 英明  
<http://www.health-kikaku.co.jp/>

## 特集 緑内障

緑内障とは、目から入ってきた情報を脳に伝達する視神経に障害が起こり、視野（見える範囲）が狭くなる病気です。進行は非常にゆっくりなので、病気がかなり進行するまで自覚症状はほとんどありません。さらに進行すると、視力が低下したり、場合によっては失明することもあります。

### ●原因

眼圧は目の中の水（房水）の量によって決まります。房水は絶えず生産され排出されていますが、そのバランスが崩れ房水が過剰になると、眼圧が上昇し緑内障を引き起こします。



#### ○主な緑内障の種類○

- 原発開放隅角緑内障：線維柱帯（房水の出口のひとつ）が徐々に目詰まりし、眼圧が上昇する。
- 原発閉塞隅角緑内障：隅角（房水の出口のひとつ）が狭くなり、眼圧が上昇する。
- 正常眼圧緑内障：眼圧が正常範囲（10～21mmHg）にも関わらず発症する。日本人に多い。
- その他、外傷やステロイドホルモン剤などの薬が原因となる「続発緑内障」などがある。


注意 緑内障の種類によって一部の睡眠薬や風邪薬等を服用できない場合があります。医師に必ず緑内障であることを伝え、服用できない薬がないか確認しましょう。

### ●治療

一度障害されてしまった視神経を回復することはできませんが、眼圧を下げることで症状の悪化を防ぐことができます。正常眼圧緑内障でも、眼圧をさらに下げることによって病気の進行を遅らせることができます。

#### ① 薬物療法

多くの緑内障では、目薬が治療の基本となります。一種類だけで効果が得られないときは、複数の目薬を組み合わせる処方されます。

薬効分類名	代表的な点眼薬	薬理作用
プロスタグランジン製剤 (PG製剤)	レスキュラ、キサラタンラタノプロスト	房水排出を促進する 
$\alpha_1$ 遮断薬	デタントール	房水排出を促進する
炭酸脱水酵素阻害剤 (CAI)	エイゾプト、トルソプト	つくられる房水の量を減らす
$\beta$ 遮断薬	ミケランチモプトール	つくられる房水の量を減らす
$\alpha_1 \cdot \beta$ 遮断薬 $\alpha_2$ 作動薬	ハイバジルコーワ アイファガン	房水をつくらないようにする作用と房水排出を促進する作用をもつ

その他、配合剤（ $\beta$ 遮断薬とPG製剤やCAIを組み合わせた薬）などもあります。すぐに症状が改善しない場合も根気よく続けていくことが重要です。

#### ② レーザー治療

レーザーを照射することで房水の流れを変えたり、房水の排出を促進し緑内障を治療します。痛みは少なく、短時間で行うことができます。

#### ③ 手術

薬物療法やレーザー治療で眼圧が下がらない場合に行われます。うまく眼圧が下がっても定期的な管理が必要です。

緑内障は中高年の方に起こる代表的な病気のひとつです。定期的に検診を受け、早期発見につなげましょう。(福村)



## 今月の小ネタ

### ブルーベリー

ジャムやお菓子に使われる他、サプリメントでも有名なブルーベリー。古くから外国で親しまれている果実で、品種改良が進んだ現在では数百種の品種があります。食用はごく一部で、国内では関東で主に栽培されています。

#### ○アントシアニン○

ブルーベリーの青い色素。物を見るときに必要な「ロドプシン」という物質の再合成を助ける。抗酸化作用を持ち、体内の活性酸素を除去する。



#### ○食物繊維○

水溶性と不溶性、両方の性質のものが含まれている。

アントシアニンは体内で蓄積されず、24時間経つと体外へ排出されてしまいます。ブルーベリーは冷凍食品としても販売されているので、毎日の食事に取り入れてみてはいかがでしょうか。(古澤)

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