



## ■ どんな病気なの？

目のレンズの役割を果たす水晶体という器官がにがり、視力の低下をきたす病気です。



1 視界がかすみ、視力が落ちる



2 光をまぶしく感じる



3 ものがぼやけて見える



4 ものが二重三重に見える



5 視界が薄暗く感じる



白内障の代表的な5つの症状です。

## ■ 白内障の種類と原因

白内障はさまざまな原因で起こります。

加齢だけが原因じゃないのか〜。知らなかったピッ

白内障の種類	原因
加齢性白内障	加齢
他の病気によって合併する	アトピー性皮膚炎・糖尿病など
先天白内障	多くは原因不明 一部が遺伝性、数は少ないが、母体の風疹感染など
外傷性白内障	目のけが
併発白内障	ぶどう膜炎・網膜色素変性などの目の病気
その他	ステロイド剤などの薬剤・放射線など

### ▼ 白内障って？

白内障は、眼球の中でカメラのレンズの役割をしている水晶体が年齢とともににごって、視力が低下する病気です。

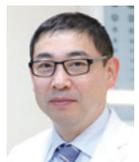
水晶体は本来、その名の通り透明でクリアに澄んでいるものですが、にごってしまったと、視界が白くぼやけたり、視力が落ちて目がかすんだり、光を眩しく感じたり、人の顔を認識し辛くなって困るなど、日常生活に支障をきたします。

痛みを伴うことはなく、何十年もかけてゆっくりと進行していくため自覚しにくく、多くの人が悪化するまで放置してしまっているのが現状です。

監修

千葉真医師会

加藤克彦 医師



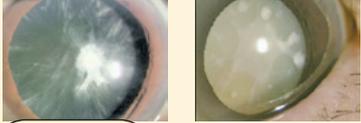
加齢に伴い避けられない「白内障」治療して新しいライフステージへ！

## ■ 白内障のタイプ

白内障と一口にいても、いろいろなタイプがあります。治療方法は同じですが、手術する場合はその時期が大きく変わってきます。

白内障のにごりは、ほとんどが見た目(肉眼)ではわかりません。患者さんの中には加齢によって角膜周辺部が白くにごる「老人環」を白内障と勘違いしている方もいます。



皮質白内障	核硬化	前嚢下・後嚢下白内障
加齢白内障の中でも最も多いのがこのタイプで、一般的には進行は遅いです。	色の違いが見分けにくくなったり、物が三重にダブって見える特徴があります。	初期のうちから、まぶしさとともに見づらくなります。
		
	核が硬くなる前に手術することが大切!	成熟 前嚢下白内障 (前嚢下+核硬化タイプ)
		月単位で急に視力が落ちることもあるピツ
		早く治療した方が いいタイプのひとつ!

## ■ 検査方法

細隙灯顕微鏡	目に光を当て、水晶体のにごり方や硬さの程度、角膜や虹彩の状態などを調べます。
視力・屈折検査	裸眼視力や矯正視力(最も良く見える眼鏡度数での視力)を調べます。
眼圧検査	眼球の内圧が適正であるかどうかを調べます。
眼底検査	網膜の状態を調べます。
角膜内皮細胞検査	角膜内皮細胞数が減っていないかを調べます。
眼軸長検査	眼内レンズの度数を計算するため、眼球の前後径を調べます。
問診・血圧検査など	持病の有無や全身状態について調べます。

※白内障は、診断と自覚症状によって治療の適応が決まりますので、詳細な検査を受けることが大切です。  
※水晶体のにごりが進行している場合は、網膜の電氣的検査、超音波検査なども行います。



### ▼ 白内障の原因

白内障は様々な原因によって起こりますが、圧倒的に多いのが老化現象として起こる「加齢性白内障(老人性白内障)」です。個人差はあっても高齢になれば誰でも発症し、ゆっくり進行していきます。

しかし、白内障は高齢者特有の病気というわけではありません。多くは原因不明ながら一部では遺伝や母体の風疹感染が原因となり生まれつき水晶体がにごる先天白内障や、アトピー性皮膚炎や糖尿病など体の病気に伴う白内障、目の病気やけがに伴う白内障、ステロイド薬の副作用として起こる白内障もあります。

### ▼ 白内障のタイプ

白内障は、水晶体がにごる部位ごとに、主に以下の三つに分けられます。

「皮質白内障」は加齢性白内障の中で最も多く、水晶体の周辺部から中心に向かって、くさび状にごりができていくタイプです。

時間をかけて進行し、にごりが中心部にまで及んでくると、車のライトや日光をやたらと眩しく感じる・視界がかすむ、などの症状を自覚するようになります。逆に、にごりが中心部にまで及ばない限りは、大きな支障を感じることもありません。

「核硬化」は、水晶体の中心部にあたる「核」が木の年輪の中心のように硬くなり黄く褐色に変色しますが、近視の人に生じやすい傾向があります。

## ■ 治療方法

日常生活に支障がない程度なら、点眼薬などで進行を遅らせます。  
一方、日常生活に支障を感じる場合は、手術を考えます。

### 手術を考えると

- ・視力が低下して、仕事に支障がある
- ・外ではまぶしくて、極端に見えづらい
- ・視力が0.7以下になって運転免許の更新ができない

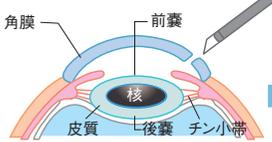
一度にごった水晶体は戻らないため、進行を遅くするだけで、改善することはないピッ



### 【手術について】

現在標準的な手術方法は、にごった水晶体を超音波で細かく砕いて吸引し、人工の眼内レンズに置き換えるというものです。白内障の手術は、近年飛躍的に進歩してきました。目の中に入れる眼内レンズも目の状態や患者さんのライフスタイルに応じて適切なものを選ぶことができます。

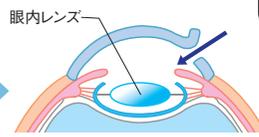
#### <超音波水晶体乳化吸引術>



① 麻酔をし、水晶体を包んでいる薄い膜を数ミリ切開



② にごった水晶体を超音波で乳化させ、吸引する



③ 水晶体を包んでいる薄い膜の中に、眼内レンズを入れる

手術時間は10～30分程度!



### 【眼内レンズについて】

2つのタイプがあります。 ※多焦点眼内レンズは誰にでも合うわけではないため、注意が必要です。

<b>単焦点眼内レンズ</b>	ピントの合った距離はとても良く見えますが、見え方の落ちる距離においては眼鏡が必要となります。(ピントの合う距離はある程度選ぶことができます。) <p style="text-align: right;">※保険適用</p>
<b>多焦点眼内レンズ</b>	ピントの合う距離での単焦点眼内レンズの見え方には劣りますが、眼鏡なしで遠くも近くも見えるのが最大の利点です。(2焦点レンズと3焦点レンズがあり、2焦点では遠方と近方、遠方と中間などいくつかのタイプから選ぶことができます。) <p style="text-align: center;">※2020年4月より先進医療からはずれ、手術の一部が保険適用となりました。</p>

核硬化になると、くすんで見えるため、色の違いが見分けにくくなります。また、核の硬化が進むとともに近視の度数が強くなり、多くの方は眼鏡度数を何度も強めるうちに矯正視力が出てくなくなってきます。物が三重にダブって見えることも特徴の一つです。核の硬化が過度に進むと手術が難しくなるため、放置しすぎることが重要です。

「前囊下および後囊下白内障」は、水晶体を包んでいる袋(嚢)の中心部からにごってくるため、初期のうちから晴れた日の屋外で眩しさともに見づらくなる「昼盲」を自覚しやすいことが特徴です。

他のタイプと比べ進行が早く、月単位で急激に視力が落ちて重篤化することもあり、治療の緊急性が比較的高い白内障と言えます。

これら3つのタイプは単独で存在するより混在することの方が多く、さらに進行すると水晶体全体が真っ白ににごる成熟白内障となります。成熟白内障にまで至ってしまうと手術はさらに難しくなりますので、ここまで放置しないことが肝要です。

### ▼その後の人生が明るくなる

#### 最新の白内障治療

現代の日本では、白内障は治療さえすれば失明する病気ではありません。

しかし、放置すれば必ず進行し、未だに発展途上国では失明原因の上位となっています。進行予防の点眼薬もありますが、これにより白内障が治るわけではなく、進行した場合

## ■ 眼内レンズの見え方例



単焦点眼内レンズ  
(近見に合わせた場合)



単焦点眼内レンズ  
(遠見にあわせた場合)



多焦点眼内レンズ

見え方図提供 / 日本アルコン株式会社

## ■ 手術【入院と日帰り】

最近、日帰り手術を行っている病院もあります。日帰り手術は、医師・患者双方にいくつかの条件がありますので、医師とよく相談してください。

### 日帰り手術の主なチェック項目

患者側	医師側
①通院できる人 ②重篤な合併症がない人 ③家族の協力が得られる人	手術後の容態に対して、夜間でも迅速な対応ができ、適切なアドバイスが可能であること



病院によっても異なりますので、医師に確認してください！

## ■ 手術後の過ごし方について

### \* 注意点 \*

①点眼薬について	術後は、必ず決められたとおり点眼すること。
②見え方について	2週間～2ヶ月頃、安定したら眼鏡を作る。
③生活上の主な注意点 ※施設により異なります。	<ul style="list-style-type: none"> <li>・手術日は安静に。歩いたり反対目でテレビを見ることは可能。</li> <li>・洗顔・洗髪は許可が出るまでは不可。(1週間程度たち許可が出てから) 眼球を圧迫しないように注意する。</li> <li>・食事制限は無し、アルコール・タバコは手術3日後まで控える。</li> <li>・汗をかくような運動メニューは、1週間は不可。</li> <li>・車の運転は、2日以内は不可。術後の診察で医師の許可が出てから。</li> </ul> など

専用ゴーグルで目を保護する方法もあるピッ!



\*特に、術後1週間は細菌感染による失明を避けるために注意が必要です。ホコリが目に入らぬよう注意してください。  
\*万一、目に入った場合は無理にこすらず、抗菌目薬を2～3回点眼して様子を見てください。あまり改善されない場合は、受診してください。

の有効な治療法は手術のみとなります。手術と聞くと体に大きな負担がかかるように心配されがちですが、今や白内障の手術は、身近な町の眼科でごく一般的に行われています。要する時間は10～30分以内で、特段の理由がない限り入院の必要もありません。手術では、にごってしまった水晶体を取り除き、人工の水晶体である眼内レンズと入れ換えます。

眼内レンズは、手術後の裸眼での見え方を、遠くを優先するのが、近くを優先するのが、その中間にするか、希望によって度数を選択することができます。

手術後は、疲れない程度であれば、翌日からでも目を使って差支えありません。直後は、目の充血やかすみ、ゴロゴロするような違和感などの症状もありますが、これらは数日から1～2週間で治まります。

現在の手術は安全性が高いため、目に異常を感じたらすぐに眼科を受診し、日常生活に支障がある場合は、手術を検討された方が良いでしょう。

せっかくの人生、早期治療で、明るく快適な毎日を取りもどしましょう!

白内障の手術は怖くないんだピッ!

