



人が得る情報の約80%は目から入ると言われており、日常生活に目はとも大事です。しかし、目に違和感などがある場合以外には、目を意識している人はとても少ないと思います。

過去には健康増進事業としての住民基本健診で、眼底検査が行われておりましたが、2008年に特定健康診査が導入され、糖尿病、高血圧、高脂血症などのメタボリック症候群の方以外の眼底検査が基本的に削除され、眼底検査の機会が極端に少なくなっております。

眼底検査により、視神経乳頭の形態から緑内障に関する情報、網膜血管の状態から動脈硬化程度、糖尿病の手がかり、黄斑変性症の有無など重要な病気の有無を知る情報が得られます。

日本人の中途失明原因の1位は緑内障、2位は糖尿病網膜症、4位に黄斑変性症と報告されております。緑内障は疾患が進行しないと自覚症状がほとんど出ないために、発見が遅くなると視野欠損など重大な障害が起こり、日常生活における影響が多大です。これらの疾患は、眼底検査により早期発見も可能なことが多いことから、40歳を過ぎたら積極的に眼に目を向けて眼科を受診していただきたいと考えます。

私たち眼科医の組織(日本眼科医会)は、ACジャパンの協力によるテレビ公共広告などで、緑内障という病気の啓発動画、40歳を過ぎたら眼底検査を受けるのだ!と、動画で眼底検査の重要性をお知らせしております。

健康的な生活は、視覚を含む健全な五感からもたらされる、と信じております。

21世紀を「健康の世紀」に…。その願いから「ミレニアム(新千年紀)」と名付けました。

# ミレニアム millennium

2024 March 第88号

## 目次

### 特集

症状が出たり消えたりしながら全身に広がる「梅毒」を知って感染を防ごう! 1

### スポーツコーナー

鍛えよう、体幹! 5

### からだのソラシド♪ マナボつと

手のひらの多汗症を知ろう!  
(手掌多汗症) 6

### 千葉県インフォメーション

・夜間・休日診療、救急車利用についてのご願い  
・あなたの腎臓を守りましょう!  
・骨髄バンクにご協力を  
『あなたの勇気が命をつなぎます』 8

### 元気からだ! Q&A

牛乳を飲むとお腹がゴロゴロ…  
乳糖不耐症について 10

### こども相談室

百日咳について 11

### 旬食野菜クッキング/ 医師会インフォメーション

いんげんとかぶの黒アヒージョ  
まちがい探し 12

\* 本誌に掲載された情報は2024年2月末時点のものです。  
\* 転載・複製をご希望の方は、(公社)千葉県医師会広報係までご一報ください。