

## ⑦ 屈折異常と斜視弱視 (ウ) 強度近視

### 近視の眼とは？

視力が弱いといえば近視と思われやすいように、近視になってしまった眼には眼鏡矯正が必要となります。しかし、眼鏡は見かけの問題や使用上の不便さから、保護者の方から「できれば眼鏡は掛けさせたくないのですが…」と言われることがあります。確かに、近視は遠くを見るとぼやけて見にくく不便ですが、近くを見るには目を近づけさえすれば見えるため、特に不自由はありません。むしろ、正視の人が老眼鏡の必要な頃になっても、近用眼鏡を必要としない場合があり、老視に有利とされています。ただ、強度近視に関しては、後に述べるような疾患と結びつく例がありますので注意が必要です。

### 近視はなぜ起こるか

近視には遺伝と環境が互いに作用しあっていて、その本態はまだ十分に解明されていません。強度近視では、眼軸長(眼球の長さ)が延長していて、遺伝にかかわる場合が多く見られます。一方、軽い近視では環境の影響が大きく、近視になりやすい子どもが本を読みすぎたり、コンピューターゲームばかりしていると近視を生じやすいといわれています。

近視の進行に関係する因子としては、目を使う近くの仕事(近業)が最も重視されており、他に調節や眼圧作用なども関係していると考えられています。



### 近視の予防と進行防止

近視の予防として、

1. 体にあった机と椅子を使う。
2. 適切な照明。
3. 正しい姿勢。
4. はっきりとした活字を読む。

などが読書をする上で重要と考えられ、積極的な予防法として、遠方を見たり、眼科において器具を使った訓練などが行われて



います。もちろん、健康管理も重要です。

近視の進行防止対策として、環境因子、特に近業時に毛様体筋(眼の水晶体を調節する筋肉)が異常に緊張するのをやわらげる方法が考えられていますが、現段階において、どれも完全なものとは言えません。

\* 近視の進行防止対策

1. 望遠訓練 (山や空、海など遠方を見たり、眼科において器具を使った訓練を行うこと)

2. 調節の減少

眼鏡や薬物点眼で調節の負担を軽減することにより、近視の進行が遅れるといわれています。

特に偽近視(仮性近視)には薬物点眼療法がよく用いられています。

3. その他

ハードコンタクトレンズの使用により、近視の進行が遅れるという意見もあります。



### 強度近視の目に起こりやすい病気

1. 飛蚊症(ひぶんしょう)

これは目の中の大部分を占める透明な硝子体に混濁ができて、蚊が飛んでいた、糸くずが付いているように見えるものを言います。特に、明るい空や白い壁などを背景にして見ると混濁がよく分かります。また本を読むとき、この混濁が気になって邪魔になったりすることがあります。この混濁は中年以上になると現われることが多く、そのほとんどが硝子体の変性とされています。近視眼で





## 2. 網膜剥離(もうまくはくり)

眼の網膜がはがれてくるもので、飛蚊症がひどくなったり、黒い膜が垂れて視野が狭くなり、視力低下を生じ、そのまま放置すれば失明にいたるものです。網膜剥離は一般に近視眼に多いとされていますので、眼を打ったりすることのないよう注意が必要です。網膜に変性や裂孔が早期に見つかり、レーザーでくっつけて予防できますが、網膜がはがれてしまうと入院手術が必要です。

## 3. 緑内障

-6.0D(ジオプトリー)以上の強い近視の人の約3%が緑内障を合併するといわれ、一般よりも高率に発生しています。

## 4. 白内障

強度近視の人では普通より早く、中年になって白内障が起こるため、視力障害が起こり、明るい所でまぶしさを感じるようになります。

## 5. 黄斑部変性(おうはんぶへんせい)

網膜の中心部、黄斑部が変性を起こしてくると視力が低下してきます。

特に強度近視の方は(そうでない方も)、飛蚊症が起こったり、見えにくい、まぶしいと感じることがあれば、早目に眼科を受診しましょう。

資料参照『参天製薬 目の健康「強度近視」』を引用させて頂きました。