

# 健康講座

白内障は、眼の水晶体が濁ってしまう症状です。その原因や治療方法について説明します。

## 白内障の原因

白内障の主な原因は加齢によるものです。年齢が進むと、水晶体が透明であるために必要なタンパク質が変性し、濁り始めます。このタンパク質の変性が水晶体の柔軟性や透明度を失い、徐々に調節力の低下や視界がぼやける原因となります。

加齢以外の原因としては、外傷、糖尿病、長期のステロイド使用、遺伝的要因なども関与することがあります。

## 白内障の始まり

白内障は通常年齢とともに進行しますが、個人差があります。一般的に40歳以上から始まることが多いですが、進行の速度や症状の出現時期

## 白内障は必ずなります

は人によって異なります。初期段階では調節が衰えて今まで見えていた距離感が変化したり（いわゆる老眼）、視力のわずかな低下から始まり、次第に視界がかすむようになって視力が低下します。加齢によるものは徐々に進行するため、視力が低下していてもご自身ではなかなか自覚はしなく、不自由を感じる頃にはかなり進行しているケースが多いです。

## 白内障の治療

白内障は手術が一般的な治療法です。白内障の手術は濁った水晶体を除去して、代わりに人工のレンズ（眼内レンズ）を水晶体の袋に挿入します。これにより、視力が改善し、日常生活がより快適になります。手術は安全で、通常は短時間（10分前後）で行われ、回復期間も比較的短いです。手術後、眼科医の指示に従って点眼薬を使用し定期的に診察していただく必要があります。

最適な治療法は個人の状態によって異なります。白内障の進行や症状の影響を考慮して、専門医との相談

を通じて適切な治療法を選ぶことが大切です。早めの治療により、視力を維持または回復させることが可能です。

## 眼内レンズの種類

白内障の手術で使用する眼内レンズの種類は大まかに3つに分類されます。

- ①単焦点レンズ（保険診療適応）
- ②2焦点レンズ（保険診療適応）
- ③多焦点レンズ（選定療養や自由診療対象）

レンズの種類によって長所や短所がありご自身で選択することは難しいと思います。適応なども含めて主治医に相談してご自身に合ったレンズを選択していただきますよう。

## より良い視界のために

60歳以上は必ず白内障になっていきますので、ご自身の見え方を把握することは大事であり、眼科医に相談してご自身にとって最適な治療を受けましょう。

いわくら眼科 植田 次郎

眼内レンズ	保険診療 対応レンズ			選定療養・自由診療 対応レンズ（一部紹介）				
	単焦点眼内レンズ	テクニスマルチアイハンス	レンティスコンフォート	テクニスマルチフォーカル	テクニスシンフォニー	テクニスシナジー	クラレオンパンオブティクス	クラレオンピビティ
裸眼で見やすい距離	【遠く】または【手元】いずれか一方	【遠く】から【中間】(約1.5m)まで	【遠く】から【中間】(約3m)から【手元】の2ヶ所	【遠く】と【手元】(約30cmまたは40cm)の2ヶ所	【遠く】から【中間】(約50cm)まで	【遠く】から【手元】(約40cm)まで	【遠く】から【中間】(約60cm)【手元】(約40cm)の3ヶ所	【遠く】から【中間】(約50cm)まで
乱視の軽減	できる ○	できる ○	できる ○	できない ×	できる ○	できる ○	できる ○	できない ×
眼鏡の必要性	必須	必要なことが多い	必要に応じて	不要な事が多い	手元は必要な事が多い	原則不要	原則不要	手元は必要な事が多い
コントラスト	最も良い ◎	かなり良い ◎	かなり良い ◎	やや良い ○	良い ○	やや良い ○	やや良い ○	良い ○
ハローグレア	なし ◎	なし ◎	なし ◎	強い △	少ない ○	最も強い ×	強い △	少ない ○
特徴	焦点に応じた眼鏡が必要	単焦点に比べ眼鏡の使用を少し減らせる	単焦点に比べ眼鏡の使用を減らせる	手元の焦点が最も近い30cmを選択できる	低照度の環境でもぼやけが少ない	眼鏡の使用を減らせる	眼鏡の使用を減らせる	乱視矯正できないが見え方は良好

注：各社のアンケートや当院での使用実績を含めた内容によりまとめたものとなります。取り扱うレンズは医院によって違いがあります。