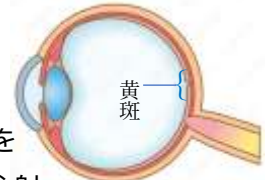
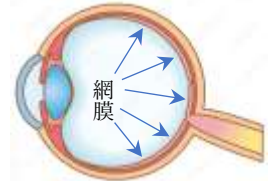


富山眼科 情報室

加齢黄斑変性症

網膜とは、眼球の内側の、一番奥の膜で、ここに光を感じる視細胞がぎっしりと並んでいます。この網膜の中心部を黄斑といいます。ものを見るのに一番大切な真ん中の部分です。この部分が変性すると(傷むと)見たいもの、見ようとする物の丁度真ん中、つまり、一番見たい所が、ぼやける、かすむ、ゆがむ等の症状で見にくくなります。これが黄斑変性です。加齢と共に頻度が増えますので、加齢黄斑変性症という病名が付いています。この疾患は網膜の黄斑部に、病的な



加齢黄斑変性症の見え方



正常 中心暗点 変視症

血管が侵入してきて、網膜が腫れたり出血を起こしたりして見にくくなります。

治療法には、血管の侵入を抑える注射をする方法や、光に反応する薬剤を体内に注射した後に、病変部にレーザーを照射する方法等があります。

予防について。この病気は喫煙者に多く見られます。禁煙することは非常に重要です。又、紫外線で悪化しますので紫外線を避けて下さい。外出するときは紫外線をカットするサングラスをかけて、つばの広い帽子をかぶって下さい。

又、ルテインが加齢黄斑変性の予防に効果があるようです。ルテインを多く含んだ野菜を食べましょう。ルテインを多く含んだ野菜には、ケール、モロヘイヤ、ヨモギ、小松菜、ブロッコリー、カボチャなど、いろいろあります。食事として、美味しく食べて下さい。高価なサプリメントを飲む必要はありません。

ルテインを多く含む野菜

カボチャ



ブロッコリー



ケール



小松菜



クイズ

A

B

加齢黄斑変性の人は喫煙しないで下さいね。では問題です。禁煙マークが、右にふたつあります。タバコがまっすぐなのはどちらでしょうか？ A、B で答えて下さい。



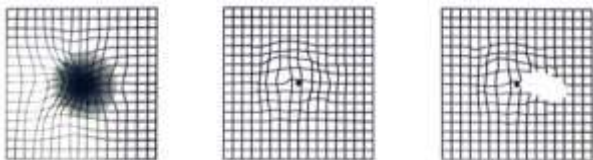
(答えは裏ページ)

加齢黄斑変性の

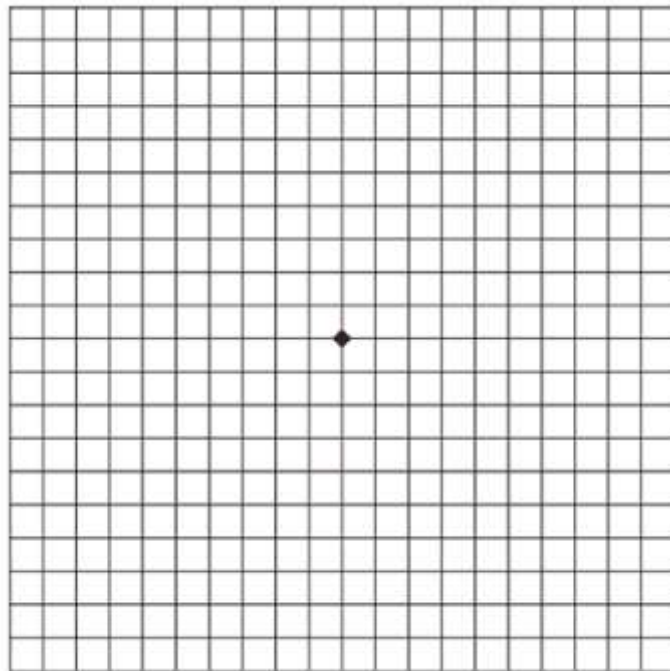
自覚症状を

自分でチェック

右のような格子状の表を見て、見え方に異常が無い確認して下さい。老眼鏡をお持ちの方は老眼鏡をかけて、必ず片目ずつ、中央の黒い点を見て下さい。どこか、線が欠けたり、ゆがんだりぼやけたりして、見にくい所はありませんか？



もし、こんな風に見えたら黄斑に異常があるかもしれません。



上記のように見える病気は、加齢黄斑変性の他、黄斑円孔、黄斑上膜、黄斑浮腫など、色々な病気があり、初期の症状は似ています。それぞれ別の病気で、治療法も異なり、ご自分で判断することはできません。

まずは、眼科を受診して下さい。



クイズの答え

B

A がまっすぐに見える人は定規をあててみて下さい。

Bのタバコがまっすぐだとわかりますね。

Aのタバコは下図のように、火のついた方が上に

ずれています。A がまっすぐに
見えても。B がずれて見えても貴方の目は正常です。B は、まっすぐな線が
ずれて見える、錯視画像の一例で、ポツゲンドルフ錯視といいます。

富山眼科 診療案内

〒432-8002 浜松市中央区富塚町2043-1 ☎053-475-6000

診療時間	日	月	火	水	木	金	土
AM9:00~12:00	×	○	○	×	○	○	○
PM2:00~ 5:30	×	○	○	×	○	○	×

水曜、日曜、祝日…休診

受診時には、保険証、各種受給者証、又はマイナンバーカードをお持ち下さい。予約制ではありません。来院された順に診察いたします。院内禁煙にご協力下さい。



至大平台