

## コンタクトレンズ眼障害

最近特に増えたわけではない。長期間コンタクトレンズ（以下コ・レ）を使い続けると、時に使用法がルーズになったりする場合もあり、またいかに正しく使っていたとしても体調により目に障害を起こしてくるのは避けられないものである。異常を感じたら早めにコ・レをはずし、眼科の診療を受けるのは言うまでもないことであろう。

ところで、オシャレ用カラーコンタクトレンズ（いわゆる度なしの色つきコ・レ）なるものが世にはびこっている。これにより目に障害を起こして受診する人が散見されるようになった。いわゆる“目のいい人たち”である。コ・レは高度管理医療機器の一種として取り扱う者に規制がかかっているのであるが、オシャレ用カラーコ・レの取り扱いは規制から外れているらしい。これらの中には粗悪品もある（これが問題）ようで、これらを使用する人たちのなかには装用指導も受けていない人もいるようで、より障害発生率が高いのではないかと私は推定している。使用しているのは大抵若者であり、オシャレをしたいのはよくわかるが何か健康と引き換えにオシャレをしているような気がして釈然としない。たとえば髪の毛ならばどんな色にそめても、あるいは脱色して傷めてしまっても生え変わるから（我々の年代ではその保証もなくなってくるが）まだよいかもしれない。目には不可逆性の障害を起こすことも考えられるのでオシャレや単なる好奇心のみで使用するのはいかがかと思うこの頃である。

## 花粉症に備えよう

花粉症をお持ちの皆様には、また嫌な季節がやって来ました。

花粉症とは、ご存知のように植物の花粉に対する体の過敏反応により様々な症状を引き起こす病気で主に結膜炎と鼻炎があります。季節性が有り初春から初夏、秋から冬にかけて多くなります。

では、この季節どう乗り切ったら良いでしょうか。まず、敵を知ること。今や血液検査でアレルギー（アレルギーの素）を知ることができます。血液は、腕から注射器で採血する方法と、指先から一滴の血液を採取する方法（ほとんど痛くないので小さい子でもできます）があり、アレルギーの種類は無数にありますが代表的な3～36種のアレルギーを調べられます。

敵がわかったならば、次に対処法です。一に予防、二に治療です。

まず予防法について考えましょう。アレルギーに出会わないこと。花粉がアレルギーならばなるべく外出を控えるのが理想。まずそんなわけにはいきませんので外出時の注意を考えます。外出時には花粉症用のメガネとマスク強い味方になります。普通のメガネをかけただけでも約40%目に入る花粉量が減らせるといい、カバーのついた花粉症用のメガであれば約65%減らせるようであります。マスクは、マスクと顔との隙間がないようピッタリ装着すれば花粉00%カットとの表示どおりの性能が得られるようです。外出着は、毛羽立ちの多いものは避け、なるべくつるりとした素材のもので袖口や裾に折り返しのないデザインのものが良さそうです。静電気があると花粉が付きやすいので静電気の発生しにくい素材の服にするか、静電気防止スプレーを使用するのも有用です。帰宅時には、家に入る前に衣服、帽子等身につけたものをよく払い花粉を落とした上で部屋に入りたいものです。

花粉症治療は、現在のところ症状を抑えるための対症療法しかなく、抗アレルギー薬の点眼、点鼻、内服が一般的な治療になってきます。最近では眠気などの副作用の少ないものも出てきていますので医師と相談の上、症状の出る二週間ぐらい前から使用すると効果的です。

## よくある疾患

### 小児の疾患 シリーズ1

#### 先天性鼻涙管閉塞症と新生児涙嚢炎

生まれてまもなく始まる「目やに」、「涙のにじみ」などを主症状とする病気です。細菌性結膜炎とよく似ていますが抗菌剤の点眼薬を使用してもなかなかよくなりません。先天性鼻涙管閉塞症とは、まぶたの内側から鼻の中までつづく涙の通過する道が鼻への出口で膜様に塞がっていることの多い病気です。ここが塞がっていると涙が鼻内に流れなくなり涙嚢というところに細菌感染がおこり、涙嚢炎という病気になります。こうなると最初に述べました症状が起こってきます。（新生児涙嚢炎）

治療は、この涙嚢を洗浄し、膜様に塞がった部位を開通させることです。その後、抗菌剤の点眼薬を点眼します。

生まれてまもなくからつづく「目やに」や「なみだ目」があるようならば、なかなか治らない「結膜炎」があるようならば、一度この病気の治療に慣れた眼科を受診してみたいかがでしょうか。

### 小児の疾患 シリーズ2

#### 結膜炎

##### 細菌性結膜炎

細菌の感染により「しろめ」、「まぶたの裏側」の充血や目やに等を主症状とする病気です。正しい抗菌剤の点眼により治療します。

##### アレルギー性結膜炎

ほこり、花粉、動物の毛やふけ等の様々なアレルゲン（アレルギーの原因となるもの）に触れることにより発症する、かゆみ、目やに、目のはれ、充血を主訴とする病気です。アレルゲンの除去、正しい抗アレルギー剤の点眼や内服により治療します。

##### ウイルス性結膜炎

ウイルスの感染により起こる「目の充血」、「はれ」、「目やに」等を主症状とする病気です。特にアデノウイルスによるものは、やはり目といわれ他人にうつりやすく注意を要します。根本的な治療法はなく、合併症(くろ目のにごり等)の防止、対症療法にて治療します。

素人判断による安易な点眼薬の使用では、病気を長引かせる元ですので早めに眼科を受診しましょう。