

見逃さないで！緑内障

緑内障は40才以上の20人に1人がかかるといわれるほど身近な病気ですが、進行が遅いため気付くのが難しく、日本人の失明原因の第1位となっています。今回は、緑内障を見逃さないために緑内障の原因や症状、早期発見の方法についてご紹介します。

緑内障とは

緑内障は、目と脳をつなぐ視神経が障害され、視野が欠ける病気です。何も治療をしないで緑内障が進行していくと、やがて失明にいたります。逆に緑内障を早期に発見し、治療をきちんと受ければ、多くの場合は失明にいたることはありません。

緑内障の原因と危険因子

視神経の障害は、目の硬さである眼圧が、その人の耐えられる眼圧より上昇することによって起こされます。ただし、眼圧が正常でも緑内障になる人も多く、詳しい原因はまだ解明されていません。

一方で、緑内障になりやすかったり、進行しやすくなるといわれている危険因子があります。以下の危険因子を持っている方は注意が必要です。

- ・眼圧が高い
- ・強い近視
- ・高齢
- ・家族に緑内障になった人がいる
- ・血圧が低い
- ・糖尿病がある など



緑内障の症状とサイン

ゆっくりと視野が欠けていくため、緑内障の初期にはほとんど自覚症状はありません。ただし、少しずつ見える範囲が狭くなっていくため、日常生活に影響が出てくることがあります。

例えば…

- 『信号や道路標識を見落としそうになる』
- 『横から歩いてきた人や車が見えにくい』
- 『階段の段差がわかりにくく、踏み外してしまうことがある』

※「見え方がおかしい」と気付いた時には、かなり進行していることが少なくありません。一度欠けた視野は元に戻らないため、早期に発見し治療につなげることが大切です。

定期的な検査で早期発見を

緑内障の早期発見のためには、眼科に行って定期的に検査を受けることが必要です。

【検査内容】

- ・視力検査（視力を測定する）
- ・眼圧検査（目の中の圧力を測定する）
- ・眼底検査（視神経の状態を調べる）
- ・視野検査（視野が欠けているか調べる）



危険因子がある方だけでなく、「緑内障の疑いはなし」と言われた方も、定期的に上記の検査内容を含んだ健診を受けることや、眼科を受診することが大切です。

参考：公益社団法人 日本眼科医会 HP（健康づくり推進課 古屋郷子 2024.10）