

高齢者の眼の病気（１）

現在先進諸国は未曾有の高齢化社会に突入しています。平成19年の高齢社会白書によりますと、2055年には日本では65歳以上の人口が全人口の40%になると考えられています。高齢になって大事なというのは何でもなく質の高い生活です。年齢を重ねて、平穏な生活を楽しまたい、自分の経験・能力を次の世代に伝えたい、家族・友人の笑顔をみていたい、そういう人生を継続させるためには視覚機能を維持することが最重要課題です。そのためには高齢者のかかる目の病気にできるだけならないように予防をしましょう。もうすでに病気を診断されたかたはこれ以上すすませないように、またもう片目には発症させないようにできるだけのことをしましょう。

昨年、厚生省研究班が日本の高齢者（60歳以上）で失明をきたす疾患を頻度順に調べました。以下列挙します。

- 1) 緑内障
- 2) 糖尿病網膜症
- 3) 網膜色素変性
- 4) 加齢黄斑変性
- 5) 強度近視

という病名が並びます。この病名をみて気づくことはすべてが網膜疾患（厳密には緑内障は視神経疾患ですが）です。言葉をかえれば、これらの疾患にできるだけ罹患しないようにすることが肝要です。

網膜は光を受容して脳に伝える大切な器官ですが、非常に精巧にできた組織です。また網膜の中心は黄斑とって、視細胞が高密度に集積する組織があります。（ここにはルテインという緑黄食野菜に豊富にあるカロテノイドが蓄積しており、強い光の集まる黄斑を保護しています。）

緑内障は、有名な病気のわりにはあまり認知されていないようです。視神経とって眼と脳をつなぐ電線の部分が障害されます。最近では職場の健康診断で『視神経乳頭陥凹』と指摘され、発見されることも多いです。といってもほとんどの方が検診で指摘されても緑内障にはなっていないです。しかし本当に緑内障ですと、視野が狭くなり最終的には視力を失うことになるので要注意です。緑内障には眼圧が高いものと正常なものの2種類に分類されます。日本人は眼圧が正常なものが多いことがわかっています。とにかく発見が遅れると失った視野はとりかえせないので早期発見が大事です。緑内障で気をつけなければいけないのは、ステロイド剤の軟膏、内服、点眼をされている方がなる可能性があるということです。アトピー性皮膚炎の重症な方で顔面に強いステロイド剤を塗布されている患者さんがおられるかと思えます。もし1度も眼科にいったら一度は眼圧・眼底検査を受けてください。