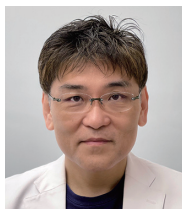


私のドライアイ診療②

— スマイル眼科クリニック —



岡野 敬 Takashi Okano
スマイル眼科クリニック 院長
E-mail : info@smile-eye.com

診療時間：11:00～13:45, 15:00～19:00
(日曜日の受付は18:00まで)

休診日：水曜日、祝日

〒227-0062 神奈川県横浜市青葉区青葉台1-6-2
カンゼムビル4F

TEL : 045-988-4912

<https://www.smile-eye.com/index.htm>

当院のドライアイ診療の特徴

涙点プラグ治療	血清点眼治療	サプリメント（漢方）	実用視力検査	その他（IPL）
○	○	○	○	○

目と全身とのつながりを重視

当院を受診する患者さんのうち、ドライアイの患者さんは約3割を占めており、40代以降の女性が多い印象です。

ドライアイを訴える患者さんの自覚症状は、表面がチクチクする、瞬きがしづらい、起床時に目やにが多いなどさまざまですが、充血やかゆみがある場合は、ドライアイとの関連でアレルギーを併発している可能性があります。ほかにも、眼鏡のフィッティング不良や度数ズレ、老眼の放置による眼瞼痙攣、肩こりなどの問題や、エアコンによる乾燥や節電のための照度不足などの、環境要因が関与してドライアイを引き起こしているケースもあります。

目は、神経や血管を通して全身とつながっています。そのため私のドライアイ診療は、目はもとより、身体的な問題、ライフスタイルまで含めて確認することを心がけています。

ドライアイの原因に応じた治療を

ドライアイの原因は、多くの場合、複合的です。そこで問診

では、すべては無理でも1つでも原因を探り当てるべく、患者さんの職業、家庭や職場の環境などを細かく聴取しています。

他覚所見については、視力検査をはじめ、眼鏡のサイズや度数、フィッティング状態をチェックして、涙液層破壊時間（BUT）検査、フルオレセイン染色、必要に応じてシルマーテストや、自作のマイボグラフィーによるマイボーム腺観察などで評価しています。

たとえば自覚症状の訴えの程度と他覚所見に差があり、「クリニックに来ると目が楽になる」という患者さんの場合は、環境が原因である可能性があります。

また、ドライアイ治療では、点眼薬、血清点眼、涙点プラグに加え、マイボーム腺機能不全（MGD）の治療として薬事承認されたIPL（intense pulsed light）も導入しています。私は治療選択においても、何がドライアイの原因となっているかを重視しており、仮に眼鏡のフィッティング不良や度数ズレが原因なら点眼治療を行わずに済ませることもあります。

画像にもとづくドライアイの啓発

私は当院に赴任して20年以上が経ちますが、当初から診察のたび、ほぼ全例で画像を撮ってきました。ドライアイの病態を説明するのに役立ち、治療による改善の推移が明確にわかるため、「今日はどうでしたか」と毎回楽しみに聞いてくる患者さんもいます。

最近、そうした画像をみて痛感するのが、画像所見と自覚症状が乖離している患者さんの増加です。そういう患者さんの詳しい診察をしていて驚くのは、自身に合っていない眼鏡をかけている患者さんの多さです。個々人に合わせたフィッティングすらしらないネット型店舗の増加や、そもそもフィッティングに関する知識のない店舗、店員が増えたことにより眼鏡購入時に正しい処方値になっておらず、それにより見えづらさが生じて、一生懸命みようと目を凝らし、肩こりや頭痛、瞬目回数の減少によるドライアイを引き起こす人も増えているのです。

ご本人の視力が落ちて眼鏡の度数と合わなくなってきた場合もありますが、多いのは調整不良によるものです。眼鏡の調整不良によるレンズのゆがみなどの問題も、直進光をバックに眼鏡レンズを挟むように偏光レンズを被せて写真撮影をすることで可視化できます。

眼鏡が合っていないことでドライアイになっている可能性を指摘すると、たいていの患者さんは驚きます。今は外来対応で精一杯ですが、20年分の膨大な画像をいずれ解析して、眼鏡の調整不良が目にも及ぼす問題について、広く社会一般にも訴えかけていきたいと思っています。

患者さんを納得させる コミュニケーション

ドライアイの病態の説明は、どうしても専門的な用語が含まれがちですが、私はなるべくたとえ話を駆使して、わかりやす

く伝えるよう努めています。

たとえば、MGDを説明する際は、「皮膚には脂を出す皮脂腺があるように、目の周りにもマイボーム腺という脂を出す腺があります。年齢とともにお肌の脂が不足するように、目も脂が出にくくなって乾燥するんですよ」と説明すると、高齢の患者さんでも理解できるようです。

また、点眼治療を行う場合、特にジクアス[®]では染みる場合がありますが、治療開始時に「これだけ傷があれば、傷口に消毒液を塗るのと同じ。おそらく染みますが、それは点眼が効くサイン」と伝えておくと、患者さんも治療を頑張ってくれます。

このように、私自身も患者さんとのコミュニケーションを楽しみながら、治療継続のために必要なことを納得してもらえるよう工夫しています。

めざすべきドライアイ治療

物を見ることは、本来、日常生活のなかで無意識にしている行為です。するとドライアイの患者さんは、朝起きてから就寝するまでは、ずっと痛みや違和感が気になっているわけで、これは本当に辛いことだと思います。「そういえば、最近、目のことが気にならなくなった」といってもらえるような、適切な治療を提案していきたいですね。

ここで、目の傷だけ一生懸命治そうとしてもドライアイは治りません。患者さん個々の複雑な原因に着目し、何がドライアイを引き起こしているかを突き詰めたとき、まるで上手くパズルが組み合わさったように、その患者さんに最適な治療法がわかります。手間はかかるように思えて、結果的に効率のよい治療にもつながるはずです。

今後もドライアイの治療は進歩し、新たな選択肢が増えていくかもしれませんが、目だけではなく、全身とのつながりを重視したドライアイ診療を今後も追求していきたいと思っています。