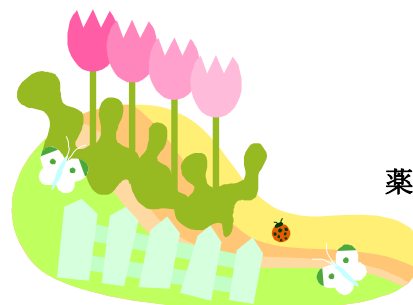


たんぽぽ通信

Vol. 57 2014年4月10日発行 さくら薬局 池袋店



薬局からのお話 第57話



ドライアイの症状かなと思ったら

「なんとなく見えにくい」 その原因はドライアイかもしれません！！

目の表面の構造

目の表面には「涙」と「粘膜」の層があります。涙はまばたきにより薄い膜となり目の表面をおおって、乾燥あるいはゴミや細菌、摩擦などの刺激から目を守っています。また粘膜は涙を均一に保つ役割があります。

正常な涙と粘膜により表面をなめらかに保ち、正しく光が入り、物をくっきり見ることができます。



こんな症状に注意

「ゴロゴロする」「乾く」「痛い」「疲れる」などの不快な症状や、「かすむ」「まぶしい」「なんとなく見えにくい」など、視力は良いのに見えにくい症状がある場合があります。また「涙が出る」ことも特徴的な症状です。10秒以上目を開けていられない、まばたきの回数が多いなら、さらにドライアイの可能性が高くなります。

原因は？

涙の質・量の低下：加齢、ストレス、目の手術後、アレルギー性結膜炎などの病気等。

まばたきが減る：パソコンや運転、細かい作業など目を酷使する。

涙が蒸発しやすい：眼が大きい、エアコンなど環境要因

その他：コンタクトレンズの使用や紫外線などの影響



普段の生活で少し気をつければ目の乾燥を防ぐことができます。しかし、症状が強い場合や長引く場合には目にキズがついているおそれがあります。キズから細菌感染する場合や、キズが深くなって視力が低下することがあります。

単なる疲れ目だと自己判断しないで、眼科を受診してみましょ。治療薬には、涙の成分に近い点眼薬や、目の乾燥を防いで保護する働きのある点眼薬があります。

また、最近では新しく目の粘膜にはたらく薬が開発されました。粘膜の状態を改善し涙と粘膜を正常な状態に戻し、より快適な毎日を過ごすことができます。



ドライアイは、涙と粘膜の病気です。病気としての認識が低いので、「こんなことで病院に？」と考えがちですが、ぜひ一度専門医に相談してみましょ。

また、健康食品の「八つ目ウナギ」はドライアイに効果があると言われております。試してみようとお考えの方は薬剤師にご相談ください。

たんぽぽ通信からのお知らせ

ご質問、ご意見などございましたらお近くのエムトゥエムの調剤薬局にご相談ください。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

