ひまわりだより

NO.193

2014年6月

巾上ひまわり薬局　松本市巾上10－5　TEL 0263-35-4441
FAX 0263-37-5561
塩尻ひまわり薬局　塩尻市長畝230－3　TEL 0263-51-5311
FAX 0263-51-5322

定 休 日　日曜・祝日

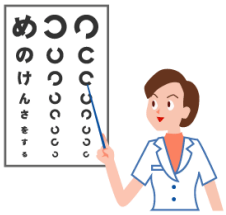
気温差の激しい日が続きますね。この様な時はそれほど暑くなくても熱中症になりやすいので注意しましょう。

さて今月は、加齢黄斑変性症（AMD：Age-related Macular Degeneration）についてです。

加齢黄斑変性症とは？

目の中の黄斑という組織が、加齢とともにダメージを受けて変化し、視力の低下を引き起こす病気です。

50 歳以上の人の約 1%にみられ、早い人では 40 代で発症し、高齢になるほど多くみられます。



欧米では成人の失明原因の第 1 位で、日本でも近年著しく増加しており、緑内障・糖尿病網膜症・網膜色素変性に続いて成人の失明原因の第 4 位となっています。

※黄斑とは？

私たちは光を網膜という組織で受け取り、その信号を視神経に伝達します。その網膜の中心部分が黄斑で、ものを見るために一番重要

な部分です。ものの形、大きさ、色、立体性、距離などの光の情報の大半を識別しています。この部分に異常が発生すると、視力が低下したり、ものの見え方に支障がでたりします。

加齢黄斑変性の種類と原因

加齢黄斑変性には「萎縮型」、「滲出型」の 2 種類があり、それぞれ原因が違います。

「萎縮型」は、黄斑の組織が加齢で萎縮する現象です。症状はゆっくりと進行し、急激に視力が低下することはありません。

「滲出型」では、網膜のすぐ下に新しい血管（新生血管）ができ、この血管が黄斑にダメージを与えます。新生血管は正常の網膜にはない血管で非常にもろく、成分が漏れ出て溜まる、出血を起こしやすいという特徴があります。漏れ出た液体が黄斑にダメージを与え、視覚障害を引き起こします。

日本人に多いのは滲出型の加齢黄斑変性です。

加齢黄斑変性のリスクと予防

加齢黄斑変性は、誰にでも起こる可能性のある眼の病気です。

加齢黄斑変性の発症リスクを高めることとして、

喫煙・肥満・日光を浴びること

などが報告されています。

特に有名なのは喫煙で、喫煙による酸化ストレスが眼に蓄積すると、加齢黄斑変性の背景にある炎症を引き起こすといわれています。加齢黄斑変性の発症予防や、進行を遅らせるためには、禁煙が非常に重要です。

また、緑黄色野菜に多く含まれているルテインという成分の摂

取量が少ないと、加齢黄斑変性を発症しやすいという関連性が指摘されています。

目や身体全体の健康維持のためにも、普段から緑黄色野菜を十分にとり、バランスのとれた食生活を心掛けましょう。

加齢黄斑変性の症状

加齢黄斑変性になると、見たいところが見えない、読みたい文字が読めないなど、日常生活に支障をきたし、その症状は進行していきます。

主な症状は、ゆがんで見える、中心が暗く見える・ぼやけて見える・不鮮明になるなどがあります。

※加齢黄斑変性における失明は「社会的失明」と呼ばれ、中央部以外は見えている状態で、全く光を失ってしまうことはありません。症状が片方の眼から現れることが多いため気づきにくく、また気づいても年齢のせいにしてそのままにしていることも少なくありません。

※加齢黄斑変性と症状が似ている病気もあります。

黄斑部に起こる病気には、加齢黄斑変性のほか、黄斑円孔、黄斑上膜、黄斑浮腫などがあり、初期の症状は似ています。

しかし、それぞれは別の疾患であり、治療法も異なります。 異常を感じたら早めに眼科医を受診しましょう。

加齢黄斑変性の治療

「萎縮型」の治療

治療は必要ありません。ただし、「滲出型」に移行して急激に

視力が低下することがあるので、定期的な検診が必要です。

「滲出型」の治療

・抗 VEGF 療法(抗血管新生薬療法)

体の中には、脈絡膜新生血管の成長を活性化させる VEGF（血管内皮増殖因子）という物質があります。抗 VEGF 療法は、この VEGF の働きを抑える薬剤を眼内に注射することにより、新生血管の増殖や成長を抑制する治療法で、現在もっとも一般的に行われ、治療効果も高い方法です。

・光線力学的療法（PDT：photodynamic therapy）

光に反応する薬剤を腕の静脈から注射し、それが新生血管に到達したら、病変部にレーザーを照射する、という 2 段階で構成される治療法です。弱いレーザーで治療ができるため正常な組織に大きな障害を与えることなく、新生血管を閉じることが可能です。

・レーザー光凝固法

新生血管をレーザーで焼き新生血管を破壊することで黄斑へのダメージを食い止める外科的治療。現在ではあまり行われていません。

新生血管の大きさや場所によっては、早期に発見できれば治療後の見えない部分を最小限に抑えることができ、視界にほとんど影響がなくすみます。

日頃から、片目ずつモノがゆがんで見えないかチェックして、早期の発見に努めましょう。