



# 見過ごしていませんか？ 眼の異常 ～疲れる・かすむ・ゆがむ～



稲城市立病院 眼科

認定視能訓練士 小手川 泰枝



# 視能訓練士とは？

昭和46年に制定された「視能訓練士法」という法律に基づく国家資格をもった医療技術者。



視能訓練士は医師の指示のもと、眼科検査一般と小児の斜視弱視訓練を行い、患者様の目の健康を守るお手伝いをしています。

近くが見えづらくなってきた...

最近視力が落ちた気がするなあ

屈折異常

白内障

子供の眼が心配なんだけど...

斜視・弱視

加齢黄斑変性  
糖尿病網膜症

緑内障

ものが歪んで見えるんだけど...

視野が欠ける気がするんだけど？



最近視力が落ちた  
気がするなあ

屈折異常

何だかとっても  
眼が疲れる

老視

近くが見えにくく  
なってきた...



# 屈折異常



眼圧検査



視力検査



眼鏡のチェック

眼科初診時の検査

屈折異常を眼鏡で矯正



視力が「でる目」なのか、  
「でにくい目」なのか調べる

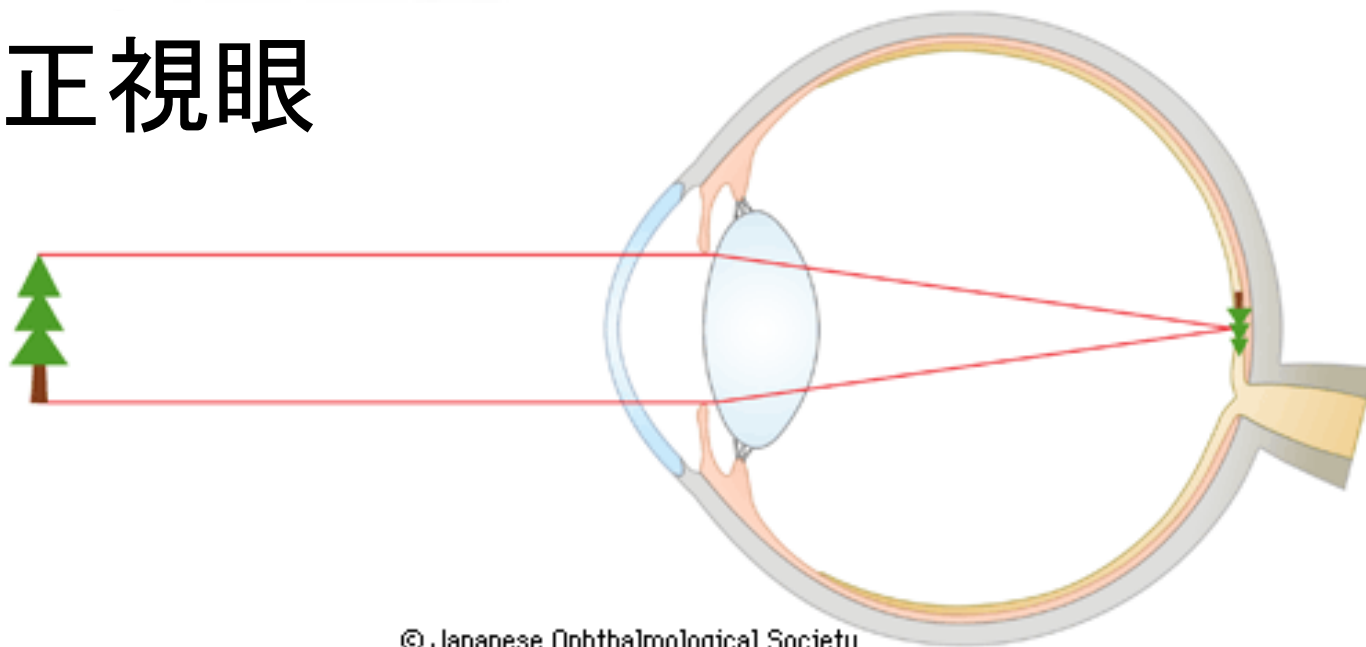
- \* 視力が「でにくい目」  
=何か他に原因がある

屈折異常



網膜に焦点を  
結ぶ目を正視眼

正視眼



© Japanese Ophthalmological Society

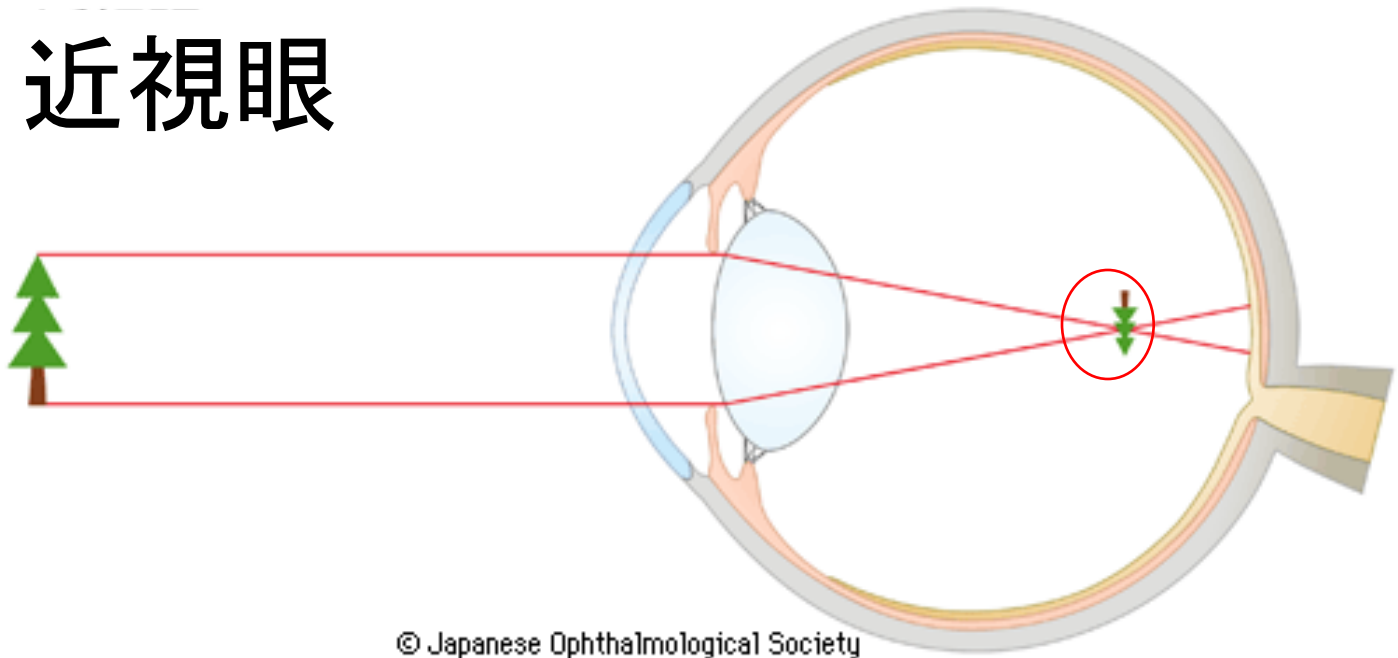
ピント合わせの力を使うことで、  
遠くから近くまで見ることが可能

屈折異常



網膜より前に  
焦点を結ぶ目を近視眼

近視眼



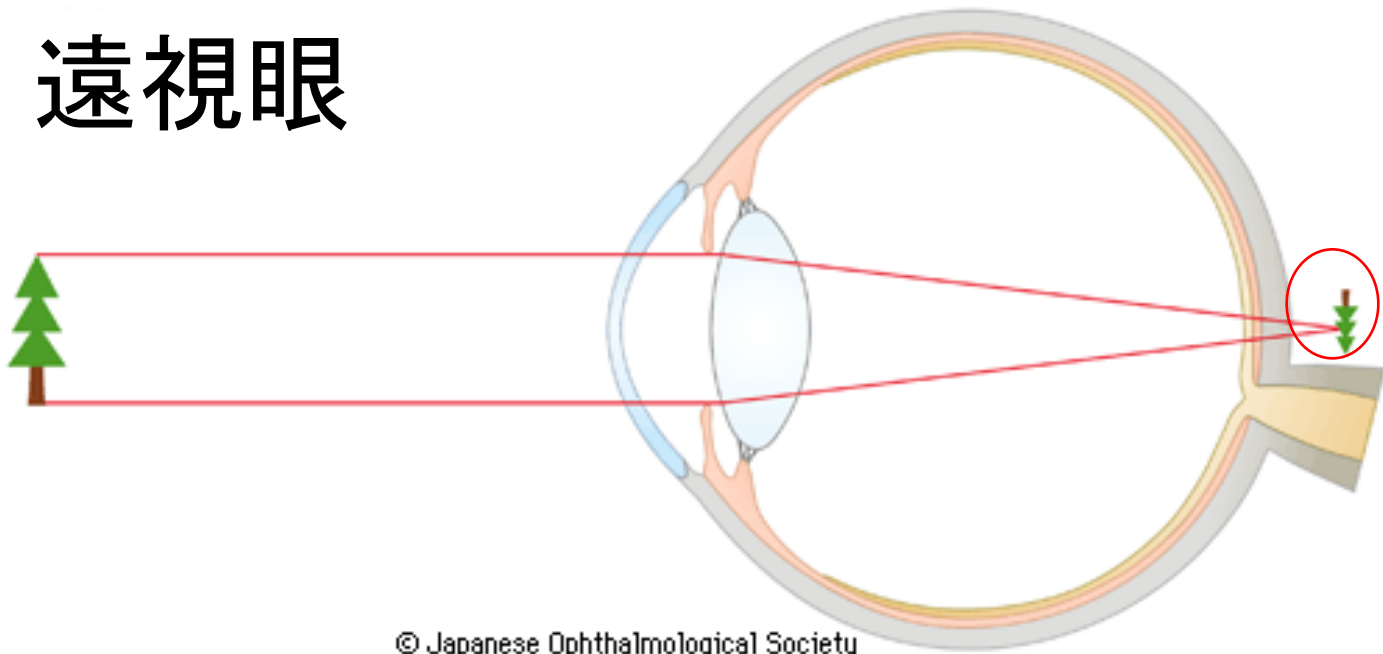
遠くはぼやけて、近くはよく見える

屈折異常



網膜より後に  
焦点を結ぶ目を遠視眼

遠視眼



© Japanese Ophthalmological Society

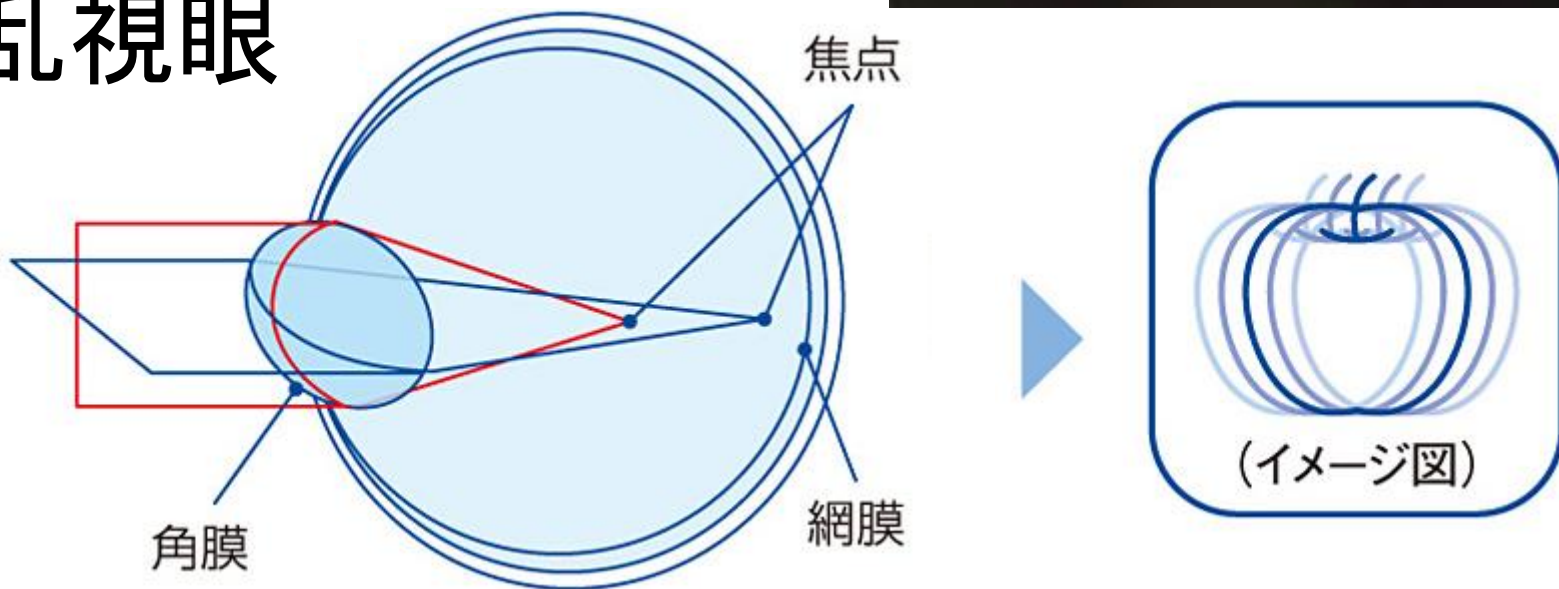
遠くも、近くもはっきりと見ることができない  
ピント合わせの力を使えば見ることが可能



# 屈折異常



## 乱視眼



見たものが**二重に重なって見える**状態

# 老視



© Japanese Ophthalmological Society

遠くを見たり近くを見たり、自由にピントを  
変える力が衰えるため、近くのものを見る  
際に困難をきたした状況をさす。  
昔から俗に「老眼」と呼ばれている。

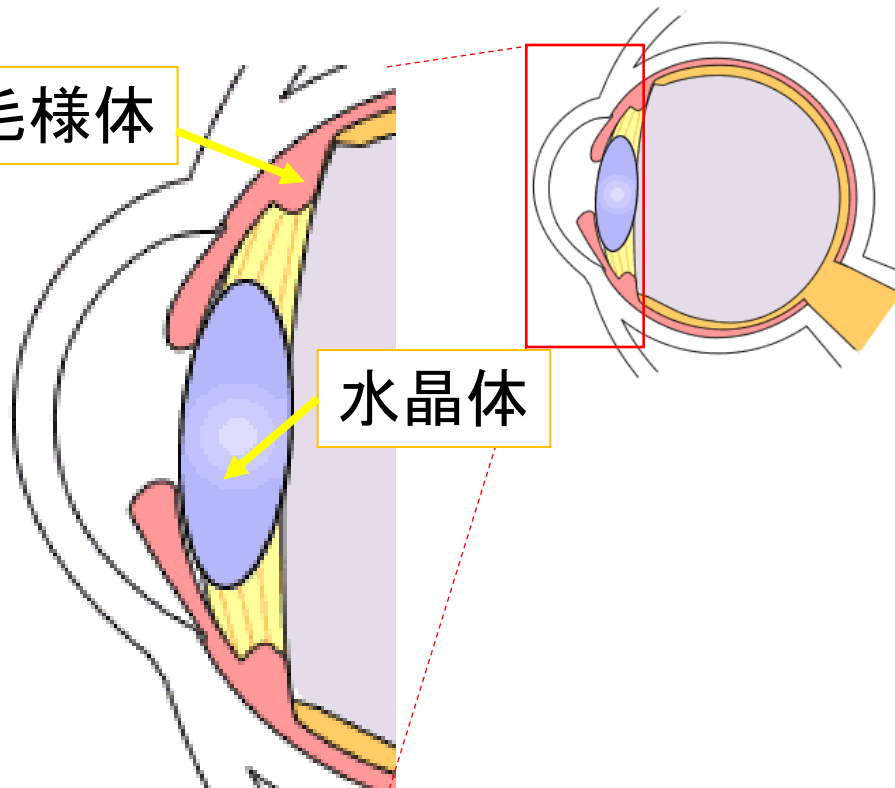
# 老視



© Japanese Ophthalmological Society

毛様体

水晶体



水晶体の周りの筋肉(毛様体)が  
水晶体の厚みを変化させる



ピントを変える力

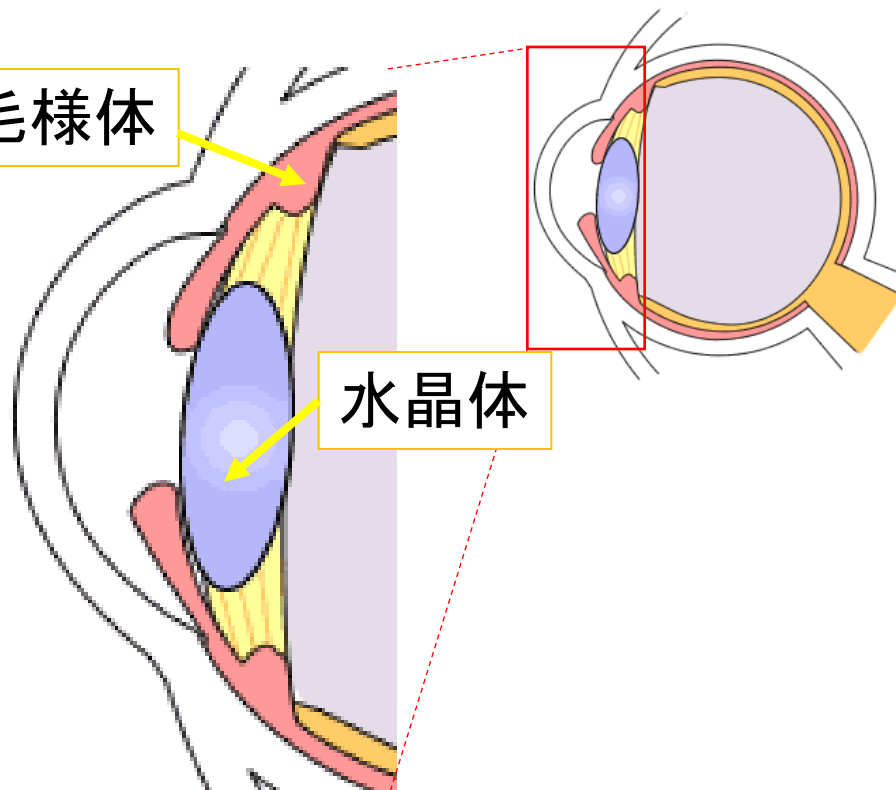
# 老視



© Japanese Ophthalmological Society

毛様体

水晶体



水晶体の周りの筋肉(毛様体)が  
水晶体の厚みを変化させる



加齢(老化)とともに衰えていく = 老視

老視



© Japanese Ophthalmological Society

# 老視の治療

近用眼鏡(老眼鏡)の使用

# 老視



老眼は40歳から徐々に始まる

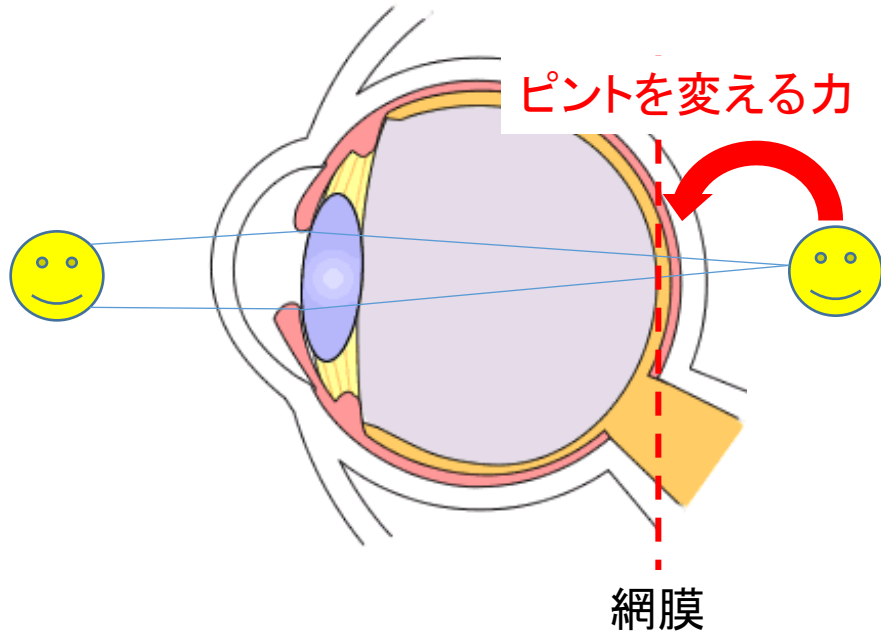
## <初期症状>

- ・ 目が疲れる、痛い
- ・ かすむ、しょぼしょぼする
- ・ 肩こり、頭痛

# 近視の人は老眼にならないって本当？

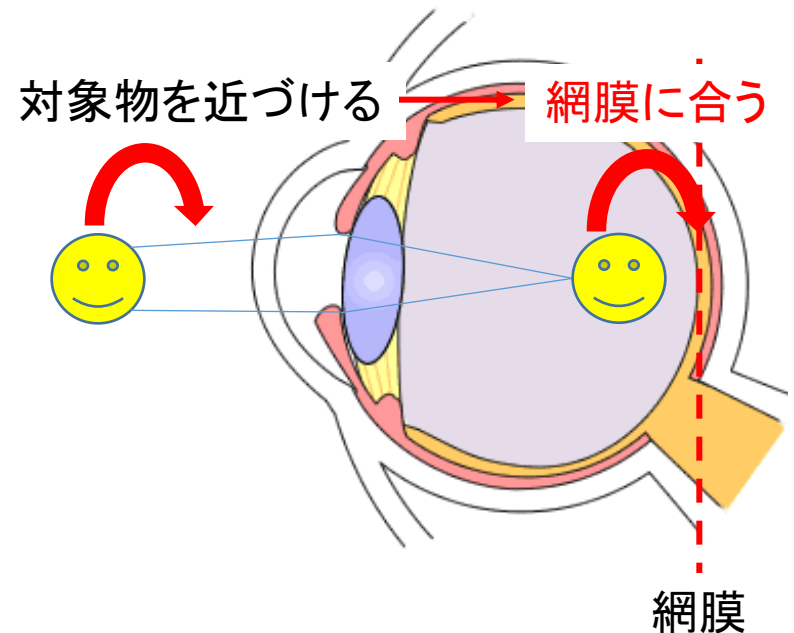
## 遠視眼

ピントを変える力を常に使っている



## 近視眼

もともと近くに焦点が合いやすい



近視の人は「老眼を感じにくい」だけ

# 老視



© Japanese Ophthalmological Society

ピントを変える力の衰えからくる

疲れる、かすむ、近くが見えにくい症状



老眼鏡対策が大切



40代から60歳くらいまでは  
老視が急速に進む

1～2年に1回は眼科で  
目とメガネの相性をチェックをしましょう



使っている眼鏡を忘れずに持ってきてください

かすみがかかって  
とっても見えにくい

まぶしくて...

白内障

眼鏡が合わなくて  
見えにくい



# 白内障



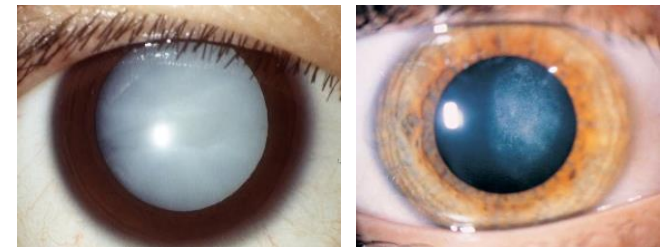
白内障のない目

白内障の目



水晶体が濁り始めると、水晶体で光が散乱する

- ・かすむ
- ・物が二重に見える
- ・まぶしく見える



# 白内障



40代から、80代では大部分の人で  
白内障が発見される

ご高齢者が現役で活躍することの多い  
現代社会で、白内障による視力障害は  
さまざまなトラブルの原因になりうる。

# 白内障



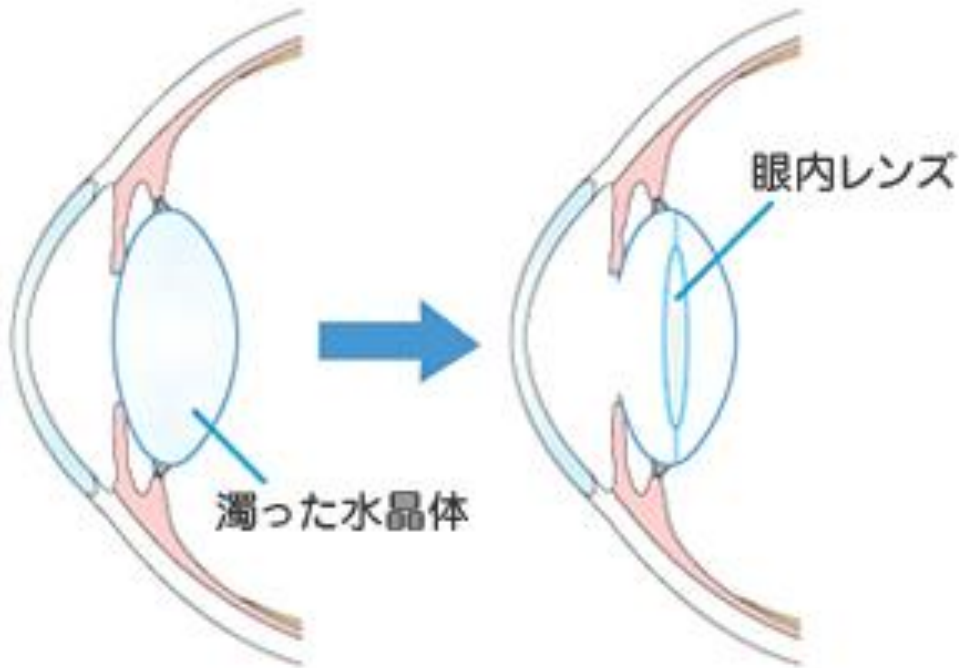
症状が進行すれば視力が低下  
眼鏡をかえても視力はでない



眼鏡ではなく、手術で治療

高度な医療技術と手術に携わる医療関係者の努力によって年々進歩している

# 白内障



濁った水晶体を取り出して  
眼内レンズに入れ替える



眼内レンズ

目のかすみや視力が落ちたと感じる方  
眼鏡をかえても視力が出ない方  
眼科でご相談ください！



視野が欠ける  
気がするのだけど？

目が疲れる

緑内障

健康診断で視神経乳頭陥凹  
を指摘された？





# 緑内障



40歳以上の日本人  
20人に1人罹患

視神経がダメージを受け

視野欠損を引き起こす疾患

# 緑内障



© Japanese Ophthalmological Society

眼圧測定・視神経解析・視野検査の施行



早期発見・早期治療

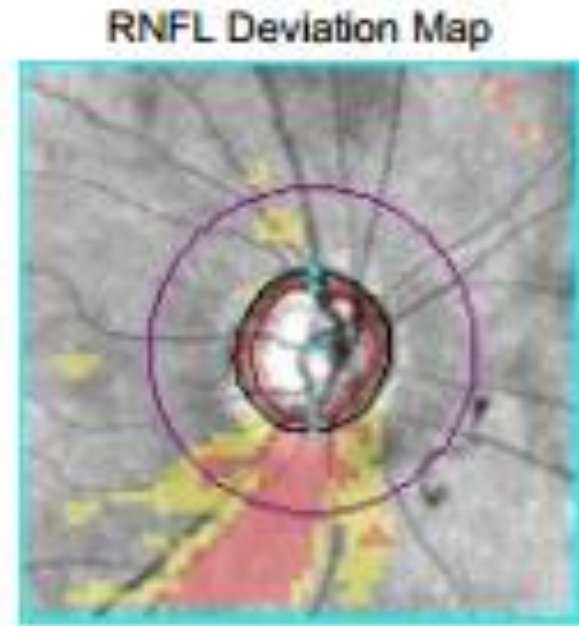
# 緑内障



## 視神経の解析で 緑内障の早期診断



三次元画像解析装置  
(OCT)



障害を受けている箇所を赤く表示

# 緑内障

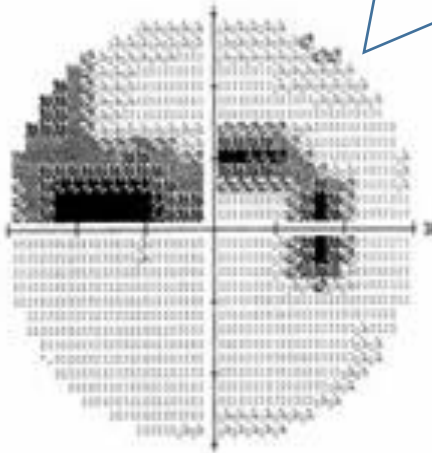
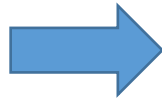


## 視野解析 で経過観察

視野が欠けることで  
「疲れる」ことも



静的視野計  
(ハンフリー)



▲欠損が現れた視野



▲実際の見え方 (イメージ)

# 緑内障



通常、両眼で見ているため

視野欠損に気づきにくく、

気づいた時には進行している

失った視野は戻らない

緑内障



## 緑内障の診断と治療の進歩

「~~緑内障＝失明~~」

- 40歳以上である
- 健康診断で「視神経乳頭陥凹」の指摘
- 親族に緑内障の方がいる

両眼で見ているため  
視野欠損は気づきにくい！

一度失った視野は取り戻せません！  
必ず、定期検診を受けましょう



緑内障が心配な方も眼科へ相談してみてください

見ようとするところが  
見えない

加齢黄斑変性

ゆがんで見える

糖尿病網膜症

視野が欠ける





加齢黄斑変性



高齢化と生活の欧米化により  
近年著しく増加

# 加齢黄斑変性



## 黄斑とは？

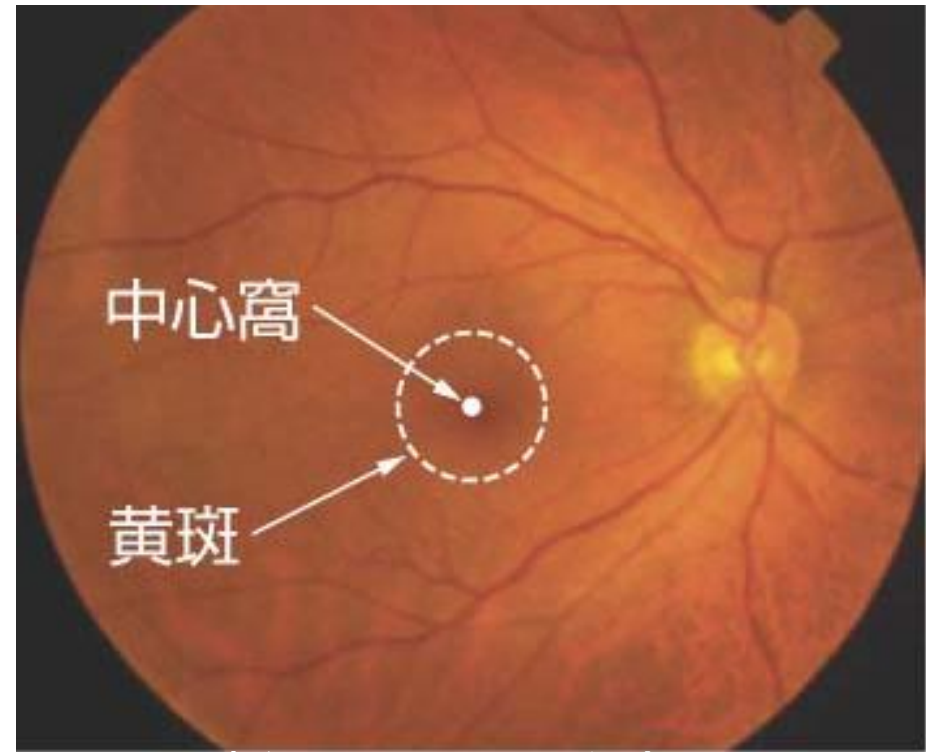
視力を左右する場所



黄斑に障害が生じ

見ようとするところが

見えにくくなる病気



# 加齢黄斑変性



①変視症・小視症  
=ゆがむ・小さく見える

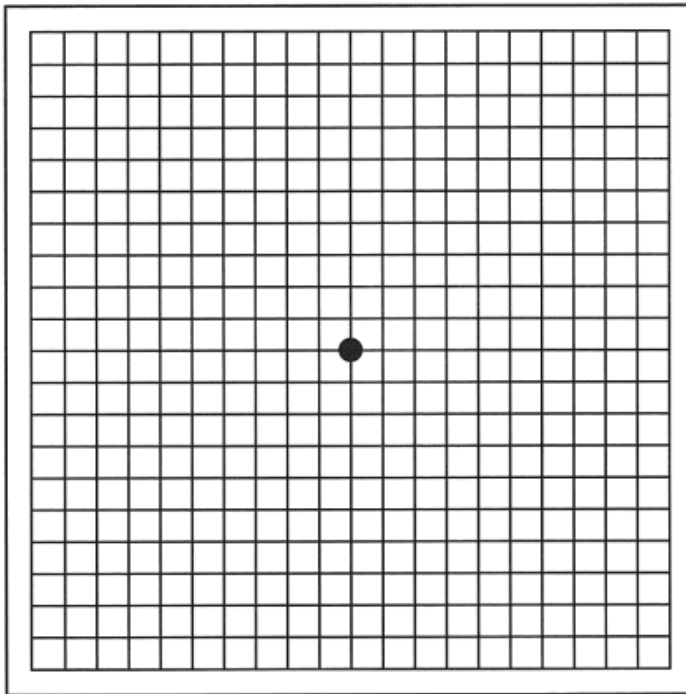


②中心暗点  
=真ん中が見えない

# 加齢黄斑変性

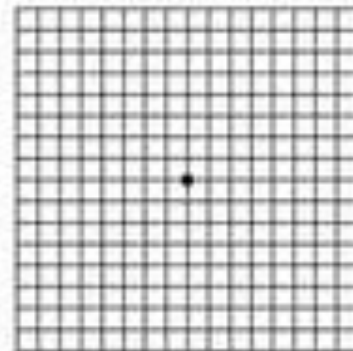


加齢黄斑変性 チェックシート  
(アムスラーチャート)

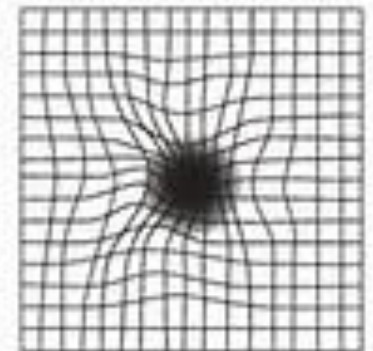


必ず、片方の目で  
行ってください

正常な見え方



加齢黄斑変性症の  
場合の見え方



眼科外来にあります。スタッフにお声かけください

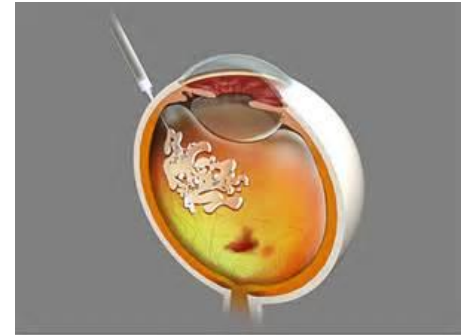
# 加齢黄斑変性



「ゆがむ、かすむ、中心が見えない」

早期発見・・・

- ① 三次元画像解析装置
- ② 蛍光造影眼底検査



新たな治療法の開発・・・

硝子体内注射による薬物治療



視力の維持や改善が可能に

早期発見・早期治療が大切！

高齢化と生活の欧米化で近年急増  
ゆがむ、中心が見えないなどの症状は  
早めに眼科で相談してください！



# 糖尿病網膜症



細小血管合併障害（3大合併症）

腎 症



神経障害



成人の失明原因の第1位

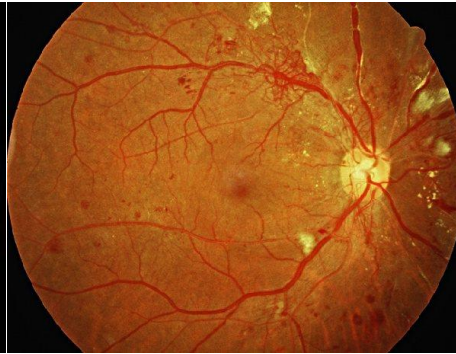
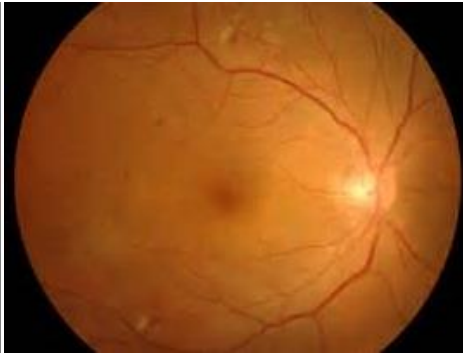
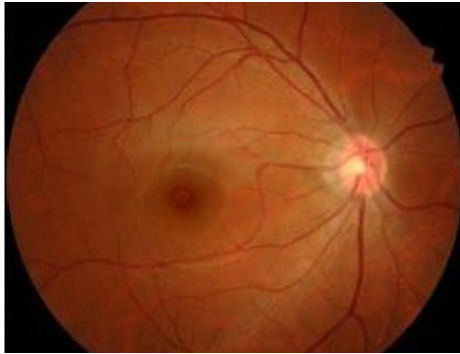
網膜症



5～10年

2～3年

1～2年



糖尿病発症～  
網膜症以前

単純網膜症

前増殖網膜症

増殖網膜症

眼底所見

- ・点状出血
- ・硬性白斑
- ・毛細血管瘤

- ・線状出血
- ・軟性白斑
- ・網膜内細小血管異常

- ・新生血管
- ・硝子体出血
- ・網膜剥離

自覚症状

なし

なし

あり



糖尿病網膜症



かなり進行するまで

自覚症状がない

まだ見えるから大丈夫という

自己判断は危険

自覚症状が出てからでは遅い！  
糖尿病の人は症状がなくても  
定期的に眼科を受診しましょう。



子供の眼が  
心配なんだけど・・・

斜視・弱視

孫の眼が心配・・・



子供が眼鏡が  
必要って言われた

斜視・弱視



稲城市および近隣の市からの  
3歳児検診の精査受け入れを開始

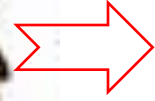
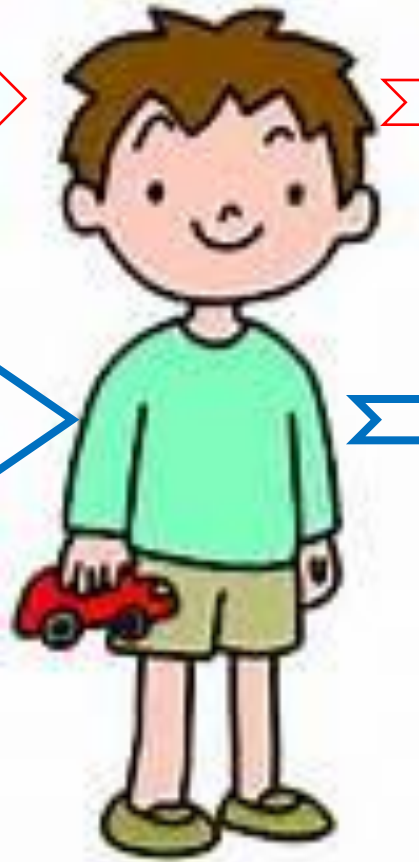
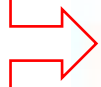
視能訓練士は、「弱視・斜視訓練」

の専門知識を有する検査士です！

斜視・弱視



よい視覚刺激



視力の確立

遠視・不同視  
斜視のある  
悪い視覚刺激



弱視の可能性

斜視・弱視



正常の発達では、3歳を越える頃に  
視力は成人の視カレベルまで発達

弱視の治療は、

乳幼児期から小学校入学前までに

行うことが重要です

弱視は治療できる病気です！

視能訓練士が在籍する

眼科を早めに受診してください。



お子さん、お孫さんの目の心配事は、  
視能訓練士にご相談ください。

# 稲城市立病院眼科 スタッフ



後列(左から):高宮 さおり(看護師) 濱崎 和枝(看護師) 池田 昭子(クラーク)  
尾崎 真規子(看護師) 末藤 由加里(視能訓練士)

前列(左から):小手川泰枝(視能訓練士) 南 早紀子医師(眼科部長) 塚本 彩香医師



ご清聴ありがとうございました。

心配な症状がある方は、  
ぜひ眼科で相談してください。

