

健康のひろば

-21-

地元の医師がアドバイス

—最近、物がゆがんで見えたり、視野の中央が黒く見えたりし、診察を受けたところ「黄斑（おうはん）変性」で「加齢とともに起き、自分でチェックする方法もある」と言われたのですが、特別な治療方法などあるのですか。

（十別市多寄・主婦）

—☆「加齢黄斑変性症」

とは、カメラのフィルムに相当し、目の

中で光を感じる場所を網膜といい、その中心部を黄斑といいます。ここに病気が

起こると、変視症（物のゆがみ）、中心暗点（中心が欠ける）、視力低下などが起こります。

加齢が大きな原因といわれていますが、最近では遺伝的な原因も大きいことが指摘されており、まだよくわかっており

ません。

加齢黄斑変性症には大きく二つのタイプがあり、滲出型と萎縮型とにわけられます。

滲出型は新生血管がという異常な血管ができてそこから出血などを起こし、急激に視力が悪化するこ

とのある怖い病気ですが、いろいろと最新の治療方法が試されています。

もうひとつは萎縮型で、多くはこの萎

縮型です。徐々に黄斑部が加齢とともに萎縮して悪くなり

ます。残念ながら現在よい治療方法はありませんが、比較的ゆっくりと悪くなる

ことが多いようです。また、最近のアメリカでの研究では、

牡蠣、ほうれん草、濃緑色野菜、サバ、イワシなどに含まれる亜鉛、抗酸化ビタミン、ルテイン、オメガー三脂肪酸などの摂取により発病が

低くなるといわれており、喫煙や紫外線はよくないといわれています。

いずれにしても、この病気は片目だけでなく、両目になることもあり、萎縮型から滲出型になることもあります

ので定期的に眼科医の診察を受けることが重要です。

また、白黒の格子模様をみてチェックする方法もあります。簡単な検査方法としては片目を隠し

て物を見てもとです。

普段、両目で見ているために気づかないような見え方の異常に早く気づく可能性があります。



（名寄市立総合病院 眼科医長・井上玲）

黒くゆがんで見える?!