



# フジタガンカニュース

Vol.158 2023.11.27



## 目の紫外線対策④

先月のフジタガンカニュース発行時は急に寒くなったタイミングで…でもその後は寒かったり暖かかったり…徐々に空気も乾燥してきましたドライアイの方には辛い季節ですね…体調には十分にご注意ください。さて今月のフジタガンカニュースですが、前回号からの続きで紫外線の目への影響関連の話を続けます。前回引用した新聞記事によると「日本眼科医会の理事の先生や海外事情に詳しいコメンテーターによると紫外線障害を避けるためにサングラスの着用は義務化するべき！特に欧州ではその意識が高いのに日本人はまだまだです！」みたいな意見がありまして、その記事への藤田からのコメントを…という展開です。詳しくはバックナンバーをお読み頂けたらと思います。@@@@@@@@@

しかしながら…欧州では日本に比べて「オゾン層破壊による紫外線量上昇についての議論」が盛んな様で、その影響から紫外線対策への意識が高いという事もある様です。また、皮膚や腫(専門的には虹彩と呼びます)の色素量の違いから人体への紫外線の影響は民族によって差があると考えられます(一般論として、白人よりも有色人種の方が「紫外線への耐性が強い」という考え方があります)。諸外国での文化を知るという意味では参考になりますが…つまり「外国人がサングラスを着用しているから日本人も！日本人はそうした健康意識が低いのでは？」という考えに直結するのは少し短絡的すぎる気もします。

また、なかなか難しいのですが「日本眼科医会」というのは基本眼科の開業医さんを統括している団体で、学術学問的な事よりは日常臨床や保険診療に関する事についての対応をするような団体学術的医学的な事についての日本国内の眼科団体は「日本眼科学会」という事になります。こちらは大学病院の眼科教授の方々を中心に学術的な部分を担う団体という事になります。何だかよくわからない話ですけど…そして、藤田が確認する範囲ではこの「日本眼科学会」としても公式にサングラスの着用義務化推奨を公言しているという事実は無いようなんです…。話が回りくどいですが。

ちなみに記載されている内容に間違いはないと思います。紫外線による目の障害があるのは事実ですので、夏のレジャー(海水浴、山登り)や冬のレジャー(スキー、スノーボード)での紫外線障害対策にサングラスは必須、自動車も含み運転作業時に眩しさを軽減する目的でのサングラス着用は認めて然るべきかと思えますね。ただ、この記事の最後に書かれている「当初はJRの運転士さんのサングラス着用は威圧感があるという声もあった」という部分ですが、この辺を世間が認知していく過程は必要なんだろうな…と思う次第です。

紫外線による目の障害を気にするのであればサングラスを着用する事は良い事です。しかし、それが冠婚葬祭などのマナーとして周囲の状況にそぐわない雰囲気の場合もあるでしょうし、逆にサングラスを着用する事で見えにくくて危ない場合も想定されます。例えば…小学校低学年の子供がかなり濃いサングラスを着用して登校、日差しの強い場所では眩しくなくて良い状況だった。しかし信号のない

交差点に大きな木が茂っていて木陰で暗くなる場所があり…その暗い所から車(←しかも電気自動車で行中の音がとても静かな車だったりとかしたり?)が走って来たがそれを見落として事故に遭った…なんていう事態を想定すると…果たしてサングラス着用が全面的に正義なのか?と考えてしまいます。それならば明るい所ではサングラスを着用、暗い所ではサングラスを外して!とすれば良い?しかし、現実的にそんな面倒な作業が出来ますでしょうか?個人的に、実際は難しいと思うんですよね。つまりあまりサングラスに執着してしまうと却って危ない事もあると思うんです。暗い所では見えにくくて危ないって…大人でもそうなんです実際。最近では今回の引用記事の様な意見を目にする機会も多いかと思えます。でもサングラス着用を義務と考える必要は無いと思いますよ!紙面の都合上今回はココまでです!

## 今月のお知らせ

藤田眼科は医療機関の為、今後も院内ではマスクの着用をお願いします。ご理解の程お願い致します。また本年度の**冬季休診は下記日程**です。御迷惑をお掛け致しますがご理解の程お願い致します。



<http://www.fujita-ganka.com>

## 2023年~24年冬季休診日程

12/27 12/28~1/4 1/5

AM	○	×	○
PM	○	×	○
	※ ×	・ ・ ・ 休診	○ ・ ・ ・ 通常診療



FUJITA-EYE-CLINIC

# 藤田眼科

エフ・ビジョン(コンタクトレンズ販売)

# F-Vision

☎ 042  
(645)  
0575  
☎ 042  
(642)  
2911