

### 目が乾いたらドライアイなの？⑯

まずは前回のドライアイ解説の引用について。右の図は前回号の最後で引用した物なんですが…ドライアイ治療の4つのアプローチについて…

#### ①外から水分を補う

→ヒアルロン酸や人工涙液の点眼

②体の中から涙の成分を出させる→ムチン分泌を促す点眼(他にも全身の水分の分泌を増やす飲み薬もありますが、汗が増えすぎて困ったりする事もある様です。この薬剤はドライアイよりはドライマウスの場合に処方されることが多い様です)

③悪化要因を排除する→エアコンを避ける、加湿器を使用する、コンタクトレンズを中止する(レンズを渴きに強い素材に変更する)

#### ④涙を溜める→涙点プラグ

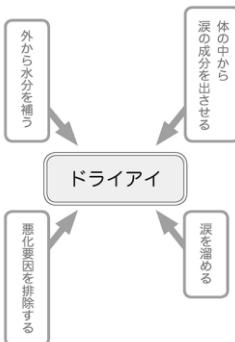
という感じですね。組み合わせは患者さんの状態によって様々ですけれど…前回号で引用している図解を説明するとこんな感じになりますね。但し、個人的にはこの4つだけでは治療法として少し足りない要素があると思っていまして…それは

#### ⑤涙液というか…目の(角結膜)のウォッシュアウト

#### ⑥目(角結膜)と涙腺の消炎治療

という二つの項目なんですね。

まず第1が「ウォッシュアウト」。どういう事かというと…ドライアイは涙の分泌が少なくなる訳ですね。そうなると目の表面が乾く訳ですが、涙は目の表面を潤すという機能以外にももう一つ重要な役割を果たしています。それが「ウォッシュアウト」なのです。目の表面は空気中にさらされています。なのでたまにはゴミやほこりが目に入ったり…メヤニなどの分泌物が溜まった場合には涙が流してくれる事で清潔を保っている場合もあるでしょう。こうした涙の働きの事を「ウォッシュアウト」と呼びます。しかしこうしたウォッシュアウトの機能が停滞してしまうと汚れが感染の原因となったり…そもそも汚れやメヤニなどが溜まってしまいますのでゴロゴロ感や不快感の原因となってしまいます。ドライアイの患者さんというのは涙の量が少ないのでこのウォッシュアウト作業が十分に出来ない事が多い訳です。この機能を補う意味では「洗眼」が大切になって来ます。先生によっては「ドライアイの人にとっては、そもそも少なくなっている貴重な涙が僅かにある訳で…それを洗眼で洗い流してしまうのはもったいない？少ない涙を有効に活用する為には洗眼は悪影響なのでは？」と仰る眼科医もあるかもしれません。そう言われば…それもそれっぽい？気もしますけれど、寧ろこのウォッシュアウトの機能を失っている事がドライアイ患者さんにとっては大問題で…ドライアイ患者さんの診察中に生理食塩水(目に



入れても問題ないように成分を調整された綺麗な水。水道水やミネラルオーター、蒸留水は目を洗うには好ましくありません。)で洗眼をする事って藤田はよくやるのですが…この洗眼を嫌がる患者さんはいません。基本「あら、気持ち良いわ～」と仰ります。これが何故かというと上記の様なウォッシュアウト機能を補助する役割の作業だからなんですね。少ない涙がもったいない？という考えは…理屈ではなくそれっぽいけれど、実は現実的ではないと藤田は考えています。また、藤田が推奨する洗眼作業そのものにおいては治療薬成分は使用していません。洗眼を治療に取り入れる場合にはまず「洗眼用の目薬」を「多めの滴数(5滴～10滴ほど。どほどば流してください、顔に垂れたら後からティッシュでふき取れば良いんだ、というイメージで)」垂らして洗眼をして…目を綺麗にしてから薬剤成分の点眼を使用する、もちろん薬剤成分の点眼は1滴垂らせば十分です。毎日点眼するドライアイ点眼、1回1回の手前で洗眼をしてから点眼をする、というのがお勧めの洗眼スタイル。洗眼用の点眼薬の成分は薬剤ではありませんので、洗眼後に薬剤点眼を使用する場合には5分間等の時間を空ける必要はありません。ちなみに洗眼する場合には「ソフトサンティア」という薬局で購入できる点眼を使用する事をお勧めしています。アイボンなどのカップ型の洗眼器は目の周囲の顔面皮膚に付着した汚れや汗の成分を巻き込んで目の中にいれる事になるので推奨できません。また、洗眼用の高価な点眼(エルウォッシュアイなど)も単価が高くなる為洗眼での十分な量を確保すると割高になる傾向があります。ソフトサンティアは安価で洗眼時に大量の液体を使用する事が出来ますので、藤田としては一番のお勧めな点眼という事になります。また、ビタミン剤を入れた「赤いソフトサンティア」も発売されていますが、洗眼目的にビタミン剤という薬剤成分が入る事は本来の目的外(洗眼はあくまでも洗眼)です。藤田としては「洗眼目的なら透明なソフトサンティアが一番」という事になります。誌面の都合で今月の

フジタガンカニュースは以上です。続きを読む次号をお楽しみに！

### 今月のお知らせ

「エフ・ビジョン」からのお知らせです。本年4/1注文分からアルコン社のトータルワンシリーズ全商品が、納入価格改訂の為販売価格も変更となりました。詳しくはエフ・ビジョンのHPをご覧ください。

<https://www.fujita-ganka.com/fvision.html>

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する予定です、ご理解の程お願い致します。



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

①042

(645)

0575

①042

(642)

2911