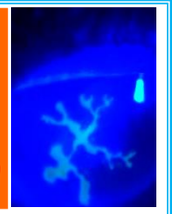
フジタガンカニュース

Vol.177 2025.6.30



目が乾いたらドライアイなの？⑰

さて…前回号の引用文の最後の内容。「ドライアイ、よくある質問」についてですが…(前回号をお読みになっていない方をそちらをご覧下さい、Vol.176 ですね…)❶「薬局で買う点眼薬ではいけませんか？」について。基本は薬効を期待するよりは水分補充の効果。薬効を期待するのであれば眼科医の処方薬の効果にはかないません。しかし「ウッオッシュアウト効果(※Vo.175 参照)」を求めるならば参天製薬の「ソフトサンティア(透明なタイプ)」がお薦め、これは薬局で購入出来ます。「防腐剤が含まれているものをたくさん使うと良くない」という点については「点眼薬は１日 10 回を超えて使用してはイケナイ」という大原則があります。１日 10 回って中々実現不可能な数字なんですけど…精神的に追い込まれるくらい目の症状があって…特に乾きが強い場合などは「点眼を使いすぎてしまう」ような事もあるかもしれません。点眼薬には様々な成分(本体の薬以外に防腐剤や添加物など)がありますが…その影響以外にも「点眼の水分が眼球に当たる衝撃」のみでも回数が多すぎると眼球を障害する事があると言われています。その限界値が１日 10 回なんですね。ちょっとウル覚えで申し訳ないんですが、杏林大の眼科の山田教授が慶応にいた頃に書かれた論文で「点眼薬を１日 10 回を超えて使用すると眼球を障害して涙液中に眼球成分の一部が染み出してしまう」という内容の物がありまして。平たく書くとこういう表現になるのですが、実際は「点眼回数に応じて涙液中の LDH を測定すると 10 以上で LDH の上昇がある」という内容だったはずで。LDH というのは乳酸脱水素酵素と呼ばれる酵素で、肝臓をはじめ、心臓、腎臓、赤血球などのからだのさまざまな細胞でつくられ糖質をエネルギーに変える働きをしています。LDH は何らかの異常で臓器が破壊されることにより、血液中に漏れ出し、数値が上がります。LDH は肝臓、心臓、肺、腎臓、血液、骨格筋などの病気や、悪性腫瘍で増加する場合もあるんですね。なので点眼回数は最大でも１日 10 回を超えてはイケナイというのが眼科医からの原則ルール。患者さんからの訴えが強いドライアイ患者さんの場合「先生！どの目薬をつけても症状の改善が少なくて…５分おきに目薬をつけています、それでも大丈夫なんですか？」みたいな極端な事を質問される事があります。するとその対応を面倒だと判断したドライアイ専門でない眼科医の中には「薬剤成分を含まない点眼で水分補充をするだけなら薬剤障害は起こしません、ソフトサンティアならつけたいだけつけて OK！１日に 100 回だってつけて良いですよ！」という感じの対応で(ちょっと大袈裟に書いています(^^;))患者さんを「あしらって」いるケース……見かける事があります。ダメなんですけどね…10 回は超えちゃあ…(ノД`)ｼｸｼｸ…専門じゃない場合は怖いですねえ…。それ以外にも、勿論、薬剤成分や添加物成分が悪影響を及ぼす事もあるのでその辺も注意が必要。となると一時的でなく継続的に点眼を使用するのであれば眼科医が処方する点眼を基本として使って頂く方が確実。処方点眼は内容がくっきりして混ぜ物が少ないです。目的が明確というか。市販点眼は許可されている範囲内で「色んな成分」を配合している事も多いので無駄な添加物が悪さをする？なんて事もあり得るんです。商売の話になってしまいますのでなんとも仕方ないのかもしれませんけれど…「目の渇きにも痒みにも霞みにも疲れにも…老眼症状にも効果あり！」とか(笑)。それって魔法のクスリじゃん？とか思ってしまいますが、同じ買うなら１つで色んなことに効く方がねえ…。ね？無駄な成分が多くなっちゃうじゃないですか。あと「単に充血をとる成分の点眼」についての話は Vol.1 で解説しています。興味がある方はバックナンバーをご覧下さい。また、目を洗う行為「洗眼」に関しては Vol.10-11 を参照下さい。いわゆる「アイボン」について藤田は否定的な立場ですね。❷「サプリやのみ薬では治療できないの？」❸「ドライアイに良い食べ物は？」は Vol.148-153 を。ドライアイを口から入るもので治療…現時点では難しいと思います。唯一、内科処方の口腔乾燥に対しての治療薬はドライアイにも効果があると考えられますが、汗がたくさん出る副作用が気になる事も多いので眼科で積極的に処方する事はありません。❹「眼は温めた方が良いの？冷やした方が良いの？」については Vol.2 を参考に。基本温度変化による刺激を与える事で症状を緩和する効果がありますが治療って程大袈裟でも無いんですよね…。今月はここまで！

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する予定です、ご理解の程お願い致します。また今年の夏季休診は下記予定です。ご迷惑をお掛け致しますがご理解の程お願い申し上げます。

2025年夏季休診日程

	8/16	8/17～8/24	8/25
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