



### What's 老眼? ⑤

今回のフジタガンカニュースも、前月号に引き続き「老眼」についての解説です。以下、日本眼科医会のホームページからの引用解説文です。@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@

#### 14.メガネが合わなくなったときは?

老眼は、年齢とともにさらに進んでいきますので、大体65歳くらいまでは定期的に老眼鏡の度数を変えていくことが必要になります。その間、老眼鏡はだいたい2~3年で合わなくなってくるので、定期検査をかねて眼科を受診し、検眼を受けてください。常に、そのときの自分の目に合った適切な老眼鏡を使用することが大切です。

@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@@

これで引用文の解説は終了です。結局、老眼は「治りません」ので、様々な「対処法」を駆使して乗り切っていくしかありません…そして、その最たる方法は「メガネ」という事になります。また、メガネと一口に言っても様々あり…いわゆる「老眼鏡」から始まって…「遠近両用(中近とか近々等もあります…)」や「中間距離用」「パソコン用メガネ」等等…度数の合わせ方、眼鏡の顔への乗っかかり具合の調整の仕方、フレームの選び方…もの凄く膨大な選択肢を考慮してメガネを作らなくてはイケません。そして、そんな難しい作業が「メガネ屋さんの店員さんなら誰が担当したって同じ! だったら廉価販売の店舗の方が良いでしょう?」何てことになる筈がアリマセン! これはいつも私が強調していることなのですが…。そうした「眼鏡処方」に関する説明は、以前のフジタガンカニュース(vol.36-37)にて解説済みです。ご興味のある方はご一読頂けたらと思います。ちなみに、一般の方はメガネを作るときに「よく見えるメガネが良い。」と単純に考えがちですが、特に老眼対応のメガネに関しては「わざと見えにくくしてあげる」事が重要になってきます。例えば元来近眼がありメガネを常用していて、初期の老眼が始まった患者さんの場合には「遠くの見え方が少しボヤケルようにする」事で近い距離の見えにくさを解決できる場合があります。皆さんは「それだと遠くが見えにくくて困るのでは?」と思われるかもしれませんが、基本的に少し離れた場所の見え方がボヤケルのは当然の事ですので、慣れてしまえば日常生活の上での不自由はさほど感じない事が多いのです。また、近眼の人は強めのレンズを使用する方が画像がシャープに見えるのですが、それは目の健康を害する恐れがあるのでお勧めできず…単純に「よく見えるメガネが良い。」とはならない訳です(フジタガンカニュースのバックナンバーVol.25を参照して下さい)結局、老眼のメガネ対応では、その人に合った100点のメガネが一個だけあるという事は無く、「見えるようにする要素」(=距離や乱視の兼ね合いやレンズの種類など)と「見えないようにする要素」の双方を調整して「落としどころを決める」ような作業となりますので…非常に難しい作業だと思えます。ちなみに、ここ数年で私(現在45歳)もメガネを頻繁に取り換えながら対応していますが…相変わらず悩ましい状況が続いています。ちな



みに、昨今人気のイケメン俳優、八王子出身の西島秀俊さん、早稲田の文学部に在籍していた堺雅人さん、その他には SMAP の木村拓哉さんや竹野内豊さんなんかもほぼ(?)同世代です、同様の症状を感じておられるのかはわかりませんが…(^-^);…おそらく…。不肖私の場合…基本は「疲れやすい」事と「近くも遠くも見えにくい事」ですが、とくに「スーパーマーケットでの買い物中」がダメですね。近い距離で値札を見て…欲しい物の売り場を探すために遠くも見て…という作業が負担になるのだと思うのですが、買い物中に吐き気を催すほど疲れてきます。目が「見えない状況」になればその眼精疲労的な負担は軽減されるので、辛くなったらメガネを外してとりあえず一休みすると症状が緩和されるのですが…同様な症状の方ってありますか? 僕以外には聞いた事ありませんけど、どうも老眼の症状なのではないかと推察しております。ちなみに友人の医療関係者にその話をすると「男性の更年期?」だとか…「最近悩み事が多いのか?」と心配されたりだとか…(笑)そんな診断をされましたが、自分の中では「老眼症状」と確信しております。そして、そんな私の目下の課題は「生活の為に必要最低限の視力を保ちつつ…眼への負担軽減のために『如何に見えなくするか?』という事」だと思っております。医師としては17年目に突入した私の眼医者ライフですが、老眼の症状に関してはここ数年で初体験な訳です。やはり病状を理解するには実体験を伴う事が非常に重要でして…こうした私の実体験を患者さんへの対応に生かしていく事が出来れば、こんな眼医者冥利に尽きる事はないと思ひ、日夜自分の症状と格闘し続ける毎日です。何か、最後はアドバイスというよりも愚痴をこぼしているような文章となってしまいましたが(笑)、こうした情報が僅かでも皆様のお役に立ってくれたら良いなあと思ひます。ちなみに次号は「What's 老眼?」の最終号! 巷で話題の老眼手術について私見を述べたいと思っています。何やら松本伊代さんが手術を受けたとかで宣伝されていますけど…? また、今年の夏期休診は以下の日程となります、それでは次号をお楽しみに(^-^)/。

### 2015年夏期休診の日程

	8/15	8/16~23	8/24
AM	○	×	○
PM	×	×	○
	※×…休診 ○…通常診療		



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

### 今月のお知らせ

以前にもお知らせしておりますが、非常勤の先生が診察を担当する日程は①毎水曜午後を朝岡亮先生(東京大学眼科講師・専門:緑内障)②第1・3(・5)週目の土曜を小竹修先生(八王子医療センター・専門:網膜疾患)となります。ただし、都合により…  
**6/27(土) 小竹先生**の診察となります。ご迷惑をお掛けしますが、宜しくお願い致します。

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**

① **042 (645) 0575**  
 ② **042 (642) 2911**