

## Dr. フジタが21世紀に洗眼を問う!!第一回

ある時から突然に言われるようになったことなのですが、皆様お聞きになられたことがありますでしょうか。「プール後の水道水による洗眼は目の健康を害する恐れがあるので止めたほうが良い」というものです。「某大学病院の研究チームが発表した」とのことなのですが、最初のキッカケを作ったのは女性眼科医のA先生(仮名としてA先生と呼ばせて頂きます)です。眼科での「洗眼」は日常臨床の中で頻繁に行われている医療行為です。ただし、ここで指す「洗眼」とは「いわゆるアイボンもしくは類似商品による洗眼」とは異なり「およそ1%濃度(正確には0.9%)の生理食塩水(医療業界では“セイショク”と呼ばれます)という特定



の薬剤成分を含まない(アイボンはかなり色々入っています)液体を眼の中に入れて外に流しだす(アイボンは眼の周囲の皮膚についた汚れや皮脂成分を巻き込んで眼の中に混入させる恐れがあるため推奨されません(図参照のこと))行為のことで、外傷(≡怪我)にて埃、砂などの異物が入った場合、眼科での手術後の洗浄、結膜炎等での目ヤニ・涙といった過剰な分泌物を除去する場合等に行われる行為です。その他、眼科の日常診療ではこうした明確な目的を持った洗眼療法以外に、定期的な診察に際して「目を洗う→患者さんがさっぱりして気持ちいい」という理由での

洗眼も行われています。「明確な目的を持たずに薬剤成分を含まない水分で眼を洗うという行為に真に医学的な意義があるのか?」とは眼科業界において古来再三議論のある話で、実は無意味な行為かもしれないことは想像に難くありません。おそらく多くの眼科医がそう思っているのですが、患者さんが「なんとなくサッパリする」って言うし…とか「今まで習慣でそうしていたから」とか…こうした優柔不断な態度の眼科医達に「そんな無駄に決まっているんだから止めちゃえばいいのよ!!」と威勢よく断言したのがA先生だったのですね。A先生はとても優秀なドクターで、医学研究のために海外留学された後、下町の眼科診療所(当時、国内初の日帰り角膜移植手術を行うなど、先進的な治療を行っていたクリニックでした)の院長をされていました。クリニックには全国津々浦々から重症ドライアイの患者さんや日帰り角膜移植手術を希望される患者さんが集まって来ていたのですが、下町という土地柄のため、ご近所にお住まいで…ご高齢で…老人性の慢性結膜炎(疾患として重症とはいえず、点眼や軟膏で経過をみるしかないが「ゴロゴロ感」「充血」「眼脂」などの愁訴が多い疾患。原因が老化のため完治は困難な場合が多い)の方も多く来院され、A先生は「重傷の患者さんの診察で忙しくて…何とか患者さんの待ち時間を少なくする方法はないかしら? そうだ! 慢性結膜炎の患者さんを一時的に喜ばせるための洗眼を中止すれば待ち時間が減らせるのじゃないかしら? (←実は洗眼によって目ヤニや涙はとれるので“サッパリする”のは当然なので

すが、あくまでも“その場しのぎ”なので“治療的意味合いが無い”と言われてもそうかも知れません。僕は「その場を凌ぐ事にも意義はあるのでは?」と思っていますけどね。)でも、慣れている患者さんは「洗ってもらってから帰りたい」と仰るし…。そうだ! 何か実験をして「洗眼行為は眼を傷害する」という事実を証明すれば、皆が納得してくれるのじゃないかしら? というような事を思いつかれたよう(僕の記憶だけが頼りなので真相は違うかもしれませんが、何かの学会でそのような趣旨のコメントがあったような気が…。ただ、古い習慣にとらわれた「意味のない医療行為」を中止して作業効率を上げることで待ち時間を短くするというアイデアが、「良い事」なのは当たり前ですよね)で、こうした趣旨から「生理食塩水で洗眼をした後は角膜に傷害がみられる」という研究をデザインされたようなのですが、明確な結論が得られなかった(←未確認ですが、そういう論文は出ていないので…。水道水ならばムチンが減るという結論はあるようです。逆にいえば生理食塩水で眼に傷害を与えることはほとんど無いのかも?)ようで…方針を「水道水での洗眼は眼を傷害する」という実験内容に切り替えます。おそらく追加で「眼を洗うといえばプール後の洗眼を議題にしない」ということを考え「プール後の洗眼」を絡めた実験を行い、論文を海外雑誌に投稿して一躍時の人となります。結局、最後に思いついた「プール後の洗眼」にマスコミと世間が敏感に反応したため、このアイデアが独り歩きをすることになるのですが…。以下、A先生のブログより引用を…「プールではゴーグル着用を、そして水泳後の水道水による洗眼は不要(←当初の発言は「学校現場で当たり前に行われる水泳後の洗眼は、かえって目にダメージを与える恐れがある。」であったはずが、各方面から反論が相次いだことを受け最近はこの表現に落ち着いたようですね)という内容の論文を今年はいろんなところで取り上げてもらいました。論文の要旨は①塩素系消毒薬をプールと同じ濃度にして洗眼すると、角結膜上皮に傷がつき、角膜上皮バリアーが破壊される。②水道水(プールよりは塩素濃度が薄い)による洗眼でも、眼表面を保護しているムチンが洗い流されてしまう。ということです。論文内での方法が、実際の水泳ではないことと、洗眼時間が50秒と長いので現実とちがうのでは、ということ、またプールの水がウイルスや細菌に汚染されていた場合には洗眼したほうが良いのでは、という議論がされたようで、現在追加実験予定あり。ゴーグルをすれば解決する問題のような気がしますし、健康法として水道水で洗眼するのが好きな方は結構いるので、それはやめてもらうように説明しています。」以下次号に続きます…



携帯サイト用QRコード

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