

第85部 夏のトラブル

■ 目の日焼け ①

大丈夫が  
いいね  
2576

ギラギラと日差しが降り注ぐこの時期、強い紫外線は肌だけでなく、目の「日焼け」も引き起こす。特にその影響が懸念されるのは若い世代だ。

金沢医科大学眼科の佐々木洋主任教授は「小さい頃から紫外線のダメージを目に蓄積させると、生涯にわたって様々な眼病のリスクを増大させることになります」と警鐘を鳴らす。

■ 白目に染みが

野球やサッカーなどの屋外スポーツに打ち込む中高生の白目部分に、黄色がかった染みが見られることがある。紫外線を目に多く浴びることで発症する「瞼裂斑」という病気だ。

佐々木教授は「染みの部分が盛り上がり、充血やドライアイを引き起こしたりしますが、視力にまでは悪影響が出ないため見過ごされがちです」と指摘する。問題は、この病気が連鎖的に、より深刻な眼病を招く点にある。

染み部分の盛り上がりやひどくなると、黒目(角膜)にまで伸びて食い込んでくることもある。これは「翼状片」という病気に移行した段階だ。角膜が引きつれて乱視が起きたり、最悪の場合は失明する恐れもある厄介な病気である。治療では、異常増殖した組織を切除する手術が必要になる。また、瞼裂斑があるといこ

若いうちに紫外線対策を

白内障の早期発症防ぐ

【紫外線による目の病気の発症年齢】



とは、目に相当量の紫外線が入っている証拠でもある。そのダメージは白目部分のみならず、「レンズ」に当たる水晶体にも及んでいる可能性が大きい。「瞼裂斑のある子は30代後半で老眼になり、50歳で白内障になる恐れもある」と佐々木教授が言うように、水晶体が硬くなったり濁ったりすることで起こる病気が前倒して発症するケースもあるという。

果関係を示している。紫外線量が国内トップクラスの沖縄県・西表島で行った調査では、高校まで現地で暮らした人は、大人になってから移住してきた人に比べて、核白内障(水晶体の中心部が硬くなって濁るタイプの白内障)になるリスクが8・6倍にのぼることが分かった。若いうちにどれだけ目に紫外線を受けたかによって、中高年期の目の健康は大きく左右される。そう考えると、白内障予防の取り組みは幼少時からすでに始まっているともいえそうだ。

病気の認識薄く

瞼裂斑は、いわば紫外線被ばくの「バロメーター」になり得るわけだが、実際のところ、視力などに特段の支障が出ない段階では、本人も保護者も病気の認識が薄く、問題意識を持っていない場合がほとんどだという。

小学生くらいのうちは染みが自立的で、肉眼での確認は難しいが、佐々木教授らは特殊なカメラを使った紫外線蛍光撮影法によって初期の瞼裂斑を診断する取り組みも行っている。

学校健診などで瞼裂斑を早期に把握できれば、適切な紫外線対策を促して翼状片への移行を防いだり、老眼や白内障へのステップアップを遅らせることにもつながりそうだ。具体的な対策法については次回に紹介する。

◇土、日曜日に掲載します。