



一般財団法人 日本バプテスト連盟医療団  
Japan Baptist Medical Foundation

# バプテスト眼科だより



Baptist eye clinic column ⑥

## 糖尿病網膜症

### — 糖尿病は目に合併症を起こします

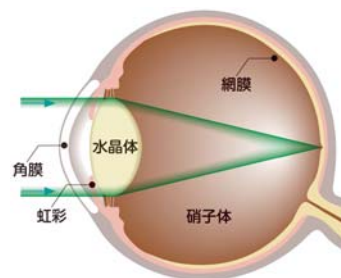
糖尿病に罹患し進行すると全身のいくつかの部分に影響が及んできます。

その3大合併症は眼、神経、腎臓に起こりますが、眼に起こってくるものは糖尿病網膜症です。毎年約3000人が失明する決して軽視できない病気です。ただ、内科で糖尿病と診断を受けてもすぐに眼に異常をきたすわけではありません。早い方でも糖尿病を発症して数年経ってから眼球の網膜という場所に変化が現れてきます。網膜は眼球の底に相当する場所に存在し、視力に大きく影響する膜状の組織です。この網膜という神経の膜は同時に血管も豊富です。

一般にはあまり知られていませんが、糖尿病は血管を蝕(むしば)む病気です。網膜には細く小さな血管が無数に張り巡らされていますが、糖尿病によりこの細い血管が閉塞し出血を生じます。これが糖尿病網膜症の始まりです。



やまさき としひで  
院長 山崎 俊秀



## 糖尿病網膜症 — 糖尿病は目に合併症を起こします

血管の閉塞により最初は網膜の一部分の血流が悪くなるだけですが、糖尿病の悪化に伴い徐々に血流の悪い範囲は広がります。そのまま放置すれば最終的には網膜に血液がほとんど流れなくなってしまいます。

このように、放っておくと非常に恐ろしい病気なのですが、糖尿病網膜症の初期段階では視力低下などの明らかな自覚症状はありません。かなり進行しないと視力が落ちないために、網膜症が悪化していてもなかなか自覚できないのです。このため、内科の先生からの勧めがない限り自ら眼科を受診される方は少ないのが現状です。

先ほども述べたように糖尿病網膜症の初期では網膜に小さな出血を引き起こすのですが、初期の段階では眼に関する治療は特に必要ありません。その代わりに内科医のもとで血糖コントロールに専念していただきます。

網膜症が進行してくると、小さな出血だけでなく網膜の中心部(視力をつかさどる部分)が腫れてくるために視力が低下してきます。この状態を黄斑浮腫と呼びますが、網膜の中でも最も大切なところに浮腫(むくみ)を引き起こすために、浮腫がひどい場合は極端に見えにくくなります。

ご本人に糖尿病の自覚の無い方は、この状態になって初めて眼科を受診し糖尿病と診断を受けるケースもあります。黄斑浮腫への治療はステロイド注射、レーザー、硝子体手術などがあるのですが、治療困難例も多く、糖尿病自体を早期発見し黄斑浮腫が軽度なうちに治療を開始するのが理想的です。

さらに糖尿病網膜症が進行すると網膜の広い範囲が血流不全となり、これを代償するように新しく血管が生まれてきます。これを新生血管といいます。新生血管は決して良い血管ではなく悪玉血管であり、非常に出血しやすく簡単に視力低下を引き起こす特徴があります。

網膜にこの新生血管が生じてくると、それは網膜の危険信号と言っても過言ではなく、早期にレーザー治療が必要となります。血流の乏しい網膜にはすべての箇所にレーザーをあてる必要があります。

さらにもっと進行すれば、眼の中に大きな出血がおり大幅に視力が低下します。その場合は出血を取り除く硝子体手術という手術治療が必要となってきます。

糖尿病網膜症は早期に発見できれば視力があまり悪くならず生活を維持、継続できる病気なのですが、発見が遅れると元の良い視力に戻ることが非常に難しくなってしまいます。

まずはご自分が糖尿病であるかどうかを知ることから始めていただき、もしも糖尿病と診断されたなら、眼の診察を是非うけていただきたいと思います。

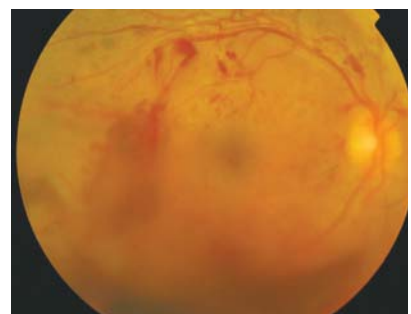
ご心配の方は受診をおすすめいたします。

### ● 初期の糖尿病網膜症



網膜に小さな出血がみられますが、視力は低下していません。

### ● 進行した糖尿病網膜症



新生血管から眼内に出血して、視力低下を引き起こしています。



造影検査をすると新生血管から造影剤が漏れて白く光っているのがわかります。

## パソコンの光は目に悪い？

かとう ひろあき  
加藤 浩晃

最近パソコンから出るブルーライトをカットする眼鏡がCMでも話題です。パソコンをするのに本当に眼鏡が必要？ブルーライトって目に悪い？そもそもブルーライトって何？今回はこの疑問にお答えします。

近年、私たちの周りのデジタル環境は急激に発達しています。デジタル環境はなにもパソコンだけではなく、薄型テレビやスマートフォン、携帯ゲーム機だってそうです。1日平均6時間以上パソコンに向かう人はここ10年で約2倍に増えていたり、デジタルの薄型テレビの普及率が家庭の80%以上になったり、子どもがゲームで遊ぶ時間が増えてきていたりという報告があるように、デジタルディスプレイにさらされる時間も急激に増えてきています。

これらのデジタルディスプレイから出ている光がブルーライトです。ブルーライトは人が見える光である可視光線の中で最もエネルギーが強く、網膜（眼の奥の物を見る部分）にまで届いてしまう青色の光（波長：380～495ナノメートル）のことです。LEDによるディスプレイの普及によって接触する機会が増えていることはわかっていますが、まだまだ科学的なデータが十分ではないのですが、体内時計を狂わせたり、網膜の変性やピントのずれなどの眼に与える影響が懸念されています。

昔からこのブルーライトをカットした方がいいと考えられていて、そのような眼鏡も販売されていましたが、研究という形でしっかり調べられてはいませんでした。CMの会社は目の疲れについて大学病院と共同研究を行って、青色光カット保護グラスを装着したグループのほうが、目の疲れが抑えられる結果や、アンケートで「ピントが合わせにくい」「光がキラキラする」「文字がちかちかする」「線を目で追いつらい」といった症状の改善が認められたと報告しています。

このブルーライトのさらなる研究のために眼科医を中心にしてブルーライト研究会が発足されました。今後のさらなる研究の結果が待たれます！



## Relay column

スタッフによるリレーコラム

やまぐち えりこ  
事務主任 山口 江里子

遠くは海外から近隣の左京区の方まで、バプテスト眼科クリニックには毎日たくさんの患者さんがお越し下さいます。予約の方でも長時間お待たせしてしまい、予約のない方はより一層お待たせしてしまうという現状を一同たいへん心苦しく思っています。改善策を模索してはおりますが、なかなか待ち時間の短縮には至らず申し訳ない気持ちでいっぱいです。そこで、皆様にできるだけ快適に受診していただくためにも、ぜひお電話で予約を入れてからお越しいただくようお願いいたします。

また、受付横に「みなさまの声」と書いた意見箱があるのをご存知ですか？院長が必ず読ませていただき、それから医師・看護師・検査・診察介助・事務が集結した会議で一つ一つのご意見について話し合います。皆、書いていただいたお褒めの言葉に力づけられ、ご指摘の言葉に反省しております。直接は言いづらいこと、改善してほしいことなど、そのご意見一つ一つがより良いバプテスト眼科クリニックを作っていく礎となります。お気軽にお書きになって下さいね。

## ● 屈折矯正手術 (レーシック) 説明会

バプテスト眼科クリニックでは月に1~2回、屈折矯正手術に関する説明会を実施しています。眼鏡やコンタクトに代わる屈折矯正手術について詳しくご説明いたします。



現在レーシック(LASIK)・エピレーシック・フェイクIOL(有水晶体眼内レンズ)などさまざまな屈折矯正手術があります。最近では円錐角膜も手術で治療可能になっています。

自分に本当に適した屈折矯正手術を選ぶために必要な基本的な知識を提供いたします。

近視や、遠視、乱視などで、お悩みの方は、是非お気軽にお越し下さい。



日 時：土曜日 午後3時より(約1時間程度)

※日程はお問い合わせください

場 所：バプテスト眼科クリニック4F ホスピタリティールーム

参加費：無料

## ● 特殊外来 (専門外来) のご案内

バプテスト眼科クリニックではより専門的な診察・治療に対応するために眼科の各分野にわたって特殊外来を設置しています。

	月	火	水	木	金	土
午前	緑内障 網膜		角膜	角膜 (第4週)	網膜	
午後	眼形成 (2・4週)	屈折矯正 (2・3・4週) 網膜	屈折矯正	角膜・ ドライアイ (月1回) 網膜	屈折矯正	屈折矯正

※特殊外来は休診の場合もありますのであらかじめお電話でご確認ください

**お問い合わせ TEL / 075-721-3800**

日本バプテスト病院の基本理念は**全人医療**です。

人間は「からだ、こころ、たましい」からなる全人格的な存在です。

当病院は、イエス・キリストの隣人愛に基づき、全職員がよいチームワークを保ち、専門的知識と技術を活かして、全人医療の業に専念します。

バプテスト眼科だより NO.6 2013年3月発行 発行/バプテスト眼科クリニック 編集/バプテスト眼科クリニック広報委員会

この広報誌は日本バプテスト連盟医療団のはたらきを広くお知らせするために作成しております。  
著作権、個人情報保護の観点から、流用・転載を固くお断りいたします。

日本バプテスト病院 <http://www.jbh.or.jp/>  
バプテスト老人保健施設 <http://www.jbh.or.jp/roken/>  
バプテスト眼科クリニック <http://www.eye-clinic.gr.jp/>

バプテスト訪問看護ステーション <http://www.jbh.or.jp/sisetsu/houmonkango.html>  
バプテスト在宅ホスピス緩和ケアクリニック <http://www.jbh.or.jp/bhh/>  
日本バプテスト看護専門学校 <http://www.jbsn-kyoto.com/>