



浜辺だより

☎ 64-1600

令和5年10月号

作成/ 浜辺の診療所 広報



～ わたしたちは「辛さから解放されてホッとした」と言われる診療所を目指しています ～



お知らせ

インフルエンザワクチンの予約を開始しました。

ご希望の方は、

当院（☎ ワクチン専用ダイヤル 46-7171 または 64-1600）まで
お電話ください。



すこやかに生きるためのヒント

(参考資料：浜辺の診療所 HP.)

～ 40歳以上の日本人の20人に1人が「緑内障」 ～

40歳を過ぎたら、眼科での定期検診をお勧めします。

40歳以上の日本人の20人に1人が緑内障と推定されていますが、9割の方が
気づいていないと考えられています。



緑内障は見えない部分がじわりじわりと広がっていく病気です。片方の目に見えない部分があっても、両目で見ているともう片方の目でカバーしてしまうため、見えない部分がかなり広がるまで気づかないことが多い病気です。

左目



右目



見え方の図
両目で補いあう視野

見え方



原因や危険因子

緑内障は、眼圧の上昇等によって視神経が障害される病気です。しかし、どうして緑内障になる人とならない人がいるのか、また緑内障がどのように発症するのかについて詳しいことはまだわかっていません。危険因子としては、強い近視の人、高齢の人、緑内障の人が身内にいるなどです。

症状・見え方

正面を向いてまっすぐ前方を見つめたときに、片方の目で上下左右の見える範囲を視野といいます。緑内障になると視野が狭くなったり(視野狭窄)、部分的に見えない部分ができたり(視野欠損)する視野障害が起こります。



初期の段階では中心部から離れた部位に、しかも見えない部分のごく小さい範囲なので、自覚症状はほとんどありません。一般に鼻側の上のあたりから視野が狭くなっていき、緑内障が進行すると、中心部分に見えない範囲が広がっていきます。

視野障害は、眼圧上昇の影響を受けた視神経が障害されることによって起こります。

緑内障は進行してはじめて気づくことが多いため、**40歳を過ぎたら定期的に眼科の検診を受けるようにしましょう。**緑内障は視神経が障害されて、視野が欠けていく病気です。

一度視野が欠けると基本的には元には戻らないため、手遅れになる前に治療を行い、進行を抑えることが大切です。



感染症予防対策のお願い

これまでインフルエンザは、気温が下がり、空気が乾燥してくる冬季に流行していました。しかし、今年は、昨冬からの流行が途切れることなく、新たな流行期に入ろうとしています。

新型コロナやインフルエンザなどの呼吸器感染症の感染拡大防止のため、咳エチケット、手洗い、換気、医療機関内でのマスクの適切な着用などの感染対策の徹底を今一度お願いします。(厚生労働省 HP.より)

