

ドライアイにご注意を

若葉の緑が色鮮やかに目に映る季節を迎えましたが皆さまいかがお過ごしでしょうか？

私たちが物を見る能力は年齢とともに少しずつ変化していきます。加齢による老眼や白内障だけでなく、涙を作る機能が低下し、分泌する涙の量が減ることが知られています。



[89]

大阪地区薬剤師会

涙は目の表面を覆って、目を守るバリアーのような働きをしています。量が少なくなったり、

成分のバランスが崩れることで、目が乾き、ゴロゴロしたり、しょぼしょぼしたりします。

急に涙が出たり、かすんだり充血したりするのは、ドライアイの症状かもしれません。

ドライアイは、涙が安定して目の表面を保護しにくくなることです。目の乾きや見えにくさなどが生じる病気で、高齢者の約74%の方が該当するといわれています。

睡眠薬や安定剤などの向精神薬、血圧を下げる

薬、胃腸薬、抗がん剤などによって起こることもあります。

ある程度の症状であれば▼涙の成分に近い水分を補給する人工涙液▼水分を保つ効果のあるヒア



こともあります。症状がある方はかかりつけの眼科の先生にご相談くださいね。

また▼意識してまばたきをして涙の分泌を促すように心掛ける▼パソコンやスマホなどの長時間の凝視の後目は目を休める▼お部屋の湿度を保つ▼エアコンなどの調節で乾燥を防ぐ——などでドライアイになりにくくなりますのでお試しください。

ルロン酸を含む角結膜上皮障害治療薬▼粘液のムチンや水分を分泌させる薬——を使用すると改善します。

外科的な処置が必要な場合や、自己免疫疾患など、他の病気が関係する

(薬剤師 西 美香)