

かすむ白内障・欠ける緑内障

柔らかな春光の中、桜の便りとともにお出掛けが楽しみな季節、皆さまいかがお過ごしでしょうか？

いつまでも美しい景色を楽しむためには目の健康はとても大切です。年齢を重ねると増えてくるのが「見えづらい」と感じる目の悩みです。

よく耳にする「白内障」

と「緑内障」は加齢とともに増える目の病気です。「白内障」はレンズの役割をする水晶体が濁り、見え方にかすみが出

てきます。夜間にまぶしいと感じたり、ものがぼやけて見えたりして気付きます。また運転免許の更新で指摘を受ける方も少なくありません。

一方、「緑内障」は視野が少しずつ欠けていく目の病気です。かなり症状が進むまで自分では気が付かないことが多く、「見えているから」と後回しにしがちです。

他にも目の病気はたくさんありますが、いずれにしても見え方は慣れて

しまうことが多いようです。定期的に眼科を受診して目の健康状態を確認しておきましょう。

また症状に応じた目薬を正しく使うことで、進行をゆっくりにしたり、



治療することができると、正しく目薬を使いましょう。

目薬はたくさん差してもあふれてしまうので、きちんと目に入れば1回1滴で十分です。あふれた液は優しく拭き取って

ください。
さした後はしばらく静かに目を閉じて、目頭をそっと押さえましょう。パチパチ瞬きはしないほうがお薬がゆっくり浸透していきます。

「最近、かすんで見える」「階段が少し怖い」そんな変化は目からのサインかもしれません。早めの受診と適切な点眼で目の健康をしっかり守りましょう。

ピンク色した桜の花びらを曇りなく楽しめましょう。

（薬剤師 西 美香）



〔124〕

松阪地区薬剤師会