くらしの情報

コンタクトレンズについて

各務原市
高橋小児科・眼科
高橋　恵里子
（たかはしえりこ）

コンタクトレンズ（以下ＣＬと略）は、視力の矯正力が高く眼鏡では矯正しきれない屈折異常も矯正可能で、眼鏡越しでは大小等、見え方が違うのに対し、ＣＬでは変わりません。また、眼鏡では左右の視力差が大きいと像の大きさに違いが生じて眼精疲労が起きますが、ＣＬでは大丈夫で、視野が広く顔の印象も変わりません。

ＣＬは目に接触しているため、前に挙げた利点もこのおかげなのですが、反対にそれが欠点にもつながります。

角膜の細胞に必要な酸素は主に外気から涙の層を通して運ばれますが、ＣＬはこの経路を邪魔し、角膜に負担がかかるため、眼障害が時々起こります。装用や取り外しに慣れも必要で、ケアも不可欠になります。結膜炎やドライアイのある人、小学生位までの眼球未発達の子ども、正しく使用できない人等はＣＬ不適応者となります。

次に、ＣＬの種類ですが、ハードレンズとソフトレンズに大別できます。

ハードの長所は、レンズが動いて涙が交換され酸素が供給されるため角膜への酸素供給量が多く、硬いため角膜の表面の凹凸を補正でき乱視の人の矯正に優れており、痛みも感じやすいため障害に早く気付きます。

それに対し、ソフトは柔らかいため装用感がよく、ずれにくいのでスポーツも可能であり、紛失しにくい、という長所があります。

ソフトは、最近は使い捨てレンズがほぼ主流で、毎日・頻回交換タイプとありますが、安全性でいえば毎日交換がいいのですが、費用がかさむのが欠点です。

次にＣＬによる目の病気について話します。

ＣＬによる病気で最も多いのが角膜に擦り傷がつく上皮障害です。上皮は新しい細胞にさかんに生まれ変わっているので、痛くても通常は数日で治りますが、ソフトの場合は気付くのが遅れ、細菌等に感染してしまう事があります。感染が奥までいき、炎症が眼球内に及ぶと失明に至る事もあります。

また、酸素不足のために角膜がむくんだり、角膜に無いはずの血管が生えてきたりします。

これが長期に及ぶと再生しない内皮細胞が障害されてしまいます。

あと、ＣＬに汚れが沈着すると、汚れに対してアレルギー性結膜炎が起きてしまいます。

これらを軽症のうちに発見し対処するため、定期検査を受けて下さい。次に重要なのは、正しいレンズケアです。最近洗浄、すすぎ、保存が一緒になっているタイプが主流ですが、充分なこすり洗い、すすぎが必要です。また、レンズケースも毎回すすぎ洗いし乾燥させ、数か月おきに新しく交換してください。ソフトの洗浄や保存に水道水を使ってはいけませんし、ケア用品の事も医師に相談してください。近年、ＣＬの使用によって若年者の角膜の感染症がかなり増えてきているのが現状です。

しかし、酸素透過性のいい新素材、乱視用、遠近両用の頻回交換ＣＬが次々に出てきたりと、ＣＬが屈折・調節異常で不自由している多くの人の助けになっていることは間違いありません。ＣＬの良さを生かして快適な生活を続ける為に、正しい使い方をよく知っておいてください。

わたしのひとこと　娘が春から中学生になります。子育てはここまで長くて大変だったけど、とても楽しかったです。（瑞浪市　小栗さん）