

あなたの眼は大丈夫ですか？ ソフトコンタクトレンズによる障害

最近、若い方を中心にソフトコンタクトレンズを装用される方が増えています。確かに装用感は良好で、スポーツ時にも眼にフィットするため非常に便利なコンタクトレンズです。しかし、皆さんはソフトコンタクトレンズの危険な点をどの程度理解されていますか？これからいくつかの危険なパターンを挙げてみます。これらに1つでも該当する方は、眼の障害を引き起こす『危険予備軍』です。

- ①使用しているレンズの規定の装用時間を全く知らない、あるいは知っているのだが守られていない。
- ②レンズをはずすのが面倒になって、したまま寝てしまうことが多い。
- ③レンズのケアが面倒でしっかりできていない。
- ④2年以上経過しているレンズだが、特に壊れていないのでまだ使っている。
- ⑤数日前からレンズをつけるとしみるが、時間が経つと症状がなくなるのでそのまま使っている。
また、はずした後も同様の症状がある。
- ⑥最近レンズが上のほうにずれることが多くなった。
- ⑦花粉の季節でもないのに、最近眼のかゆみやメヤニが多くなったように感じる。
- ⑧特に問題無いようなので、半年以上眼の検査を受けていない。

どうでしたか？あなたは大丈夫でしたか？ソフトレンズには多くの欠点をかかえています。1つずつ欠点を挙げますので、上の項目に合わせて理解されてください。

1. ソフトレンズは素材の性質上酸素を通しにくいレンズです。従って装用時間を守らずに使うことで、眼の酸素不足が引き起こされ、角膜内皮細胞の脱落により、将来『水疱性角膜症』という障害が起こります。(①・②に該当)
2. ソフトレンズは水分が内部にしみ込むため、汚れや細菌が使ううちに溜まってしまいます。そのためレンズの洗浄や消毒を行う必要があります。これを怠るとレンズの内部で増殖した細菌が逆に眼に感染症を起こし、場合によっては失明する危険性もあります。(③・④に該当)
3. ソフトレンズは眼に傷が生じても最初のうちは痛みを感じさせず、⑤のような症状しか伴いません。従って、傷ができて発見は遅れ、痛みが出る頃には傷は相当にひどくなっています。⑤の状態が2～3日続くようであれば受診されてください。
4. アレルギー体質の方は、ソフトレンズの内部にたまった汚れが引き金となって、『アレルギー性結膜炎』が誘発され、悪化(⑥:『巨大乳頭性結膜炎』)してしまいます。

ソフトレンズは上手に使ってもせいぜい15～20年で眼の寿命を迎えます。少しでも長く使えるよう、気を付けてお使い下さい。