

【ドライアイ】

涙液はどのような役割をもつか、皆さんはご存知ですか？実は以下のように多くの役割を果たしているのです。

- ①角膜上に均一に広がり表面をスムーズにして光が眼内へ入りやすくする
- ②外界からの病原体の侵入を防ぐ
- ③外界からの異物を洗い流す
- ④涙液中の酸素を角膜や結膜に送り込む
- ⑤角膜や結膜を乾燥から防ぎ湿潤を洗い流す
- ⑥角膜や結膜が障害を受けた時に白血球などの免疫細胞を送り込む
- ⑦まばたきをスムーズにする

これだけ多くの機能を持つ涙液が減少してしまえば、様々な障害が眼に起こりそうであることは容易に想像できると思います。この涙液の減少や、正常な機能の破綻により起こる眼の障害が『ドライアイ』です。涙液は涙腺から分泌され、瞬目(まばたき)により眼表面全体に広がり、途中で約10%が蒸発して、残りが涙点から鼻に流れていきます。従って、涙液の分泌量が減少したり、瞬目の回数が少なかったり、途中の蒸発量が増加すると『ドライアイ』になります。涙液の分泌量の減少は、加齢や各種疾患による症状であることが多いのですが、瞬目の減少は、パソコンなどの操作に従事される方は、通常の1/4に減少します。また、涙液は最外層が油層、中間が水層、最内層がムチン層という3層構造から成ります。このうち最外層の油層が涙液の蒸発を防いでいるのですが、この油層が保てなくなると、涙液の蒸発量が増加します。この油はマイボーム腺という、まぶたの睫毛(まつげ)の生え際にある分泌腺から分泌されますが、何らかの原因でこの分泌腺が目詰まりを起こすと油ができなくなり油層が破綻するのです。特に女性の場合は分泌腺の太さが男性よりも細く、お化粧品などで目詰まりが起こりやすいのです。よって、パソコン従事者の女性の方はかなり『ドライアイ』の傾向が強くなります。さらにソフトレンズは、性質上水分を吸収するために余計乾燥感が強くなります。『ドライアイ』になると目の表面に傷ができます。ハードコンタクトレンズでは、時計の3時と9時の方向に点状の傷が生じます。(右図1)

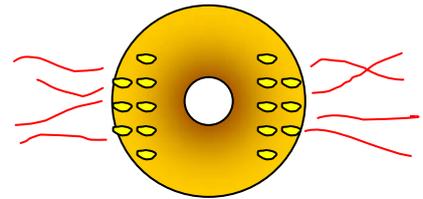


図1:ハードレンズの傷

ソフトレンズでは、角膜のやや下方に帯状に点状の傷ができ、スマイルマークパターンと呼ばれています。(右図2)

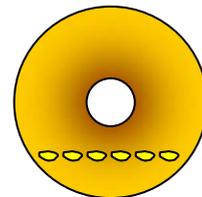


図2:ソフトレンズの傷

ドライアイの治療法として、涙液を補充する方法が一般的ですが、この際注意してほしいのが点眼回数です。市販の人工涙液にはほとんど防腐剤が添加されています。これは細胞毒性があり、回数を多く点眼すると眼の表面に薬剤性の上皮障害をきたす可能性があります。従って頻回点眼しなければ症状が改善されない場合には防腐剤無添加の人工涙液をお使いください。