

健康 コラム

知っていますか？ 加齢黄斑変性



秋田厚生医療センター 眼科
視能訓練士

いとう せいいち
伊藤 聖子

加齢黄斑変性は、日本ではこれまで患者さんの数は比較的少数でしたが、高齢者の増加や生活様式の欧米化などにより患者さんの数はとても増えています。

現在日本では、患者数は70万人、全世界では約2億人近くに達していると推定されています。

日本では中途失明の第4位と上位で重要な疾患です。

加齢黄斑変性は、黄斑部の機能が、いろいろな原因によって障害される病気です。脈絡膜から発生する新生血管の有無で滲出型と萎縮型に分けられています。

加齢黄斑変性の原因

- ① 加齢
 - ② 喫煙
 - ③ 太陽光
 - ④ 高血圧
 - ⑤ 高脂肪食
 - ⑥ 遺伝
 - ⑦ 肥満
- おもな症状**
- ① 変視症(物が歪んで見える)
 - ② 中心暗点(見ている物の中心が暗い、欠けて見えない)
 - ③ 色覚異常(色の区別がつきにくい)
 - ④ 視力低下(はつきり見えない)

治療法

● 抗VEGF療法

眼の中にあるVEGF(血管内皮増殖因子)という物質が新生血管を成長させたり、血液の成分を漏れやすくします。このVEGFのはたらくを押さえるために眼内に薬剤を注射し、脈絡膜新生血管の成長や血液の成分の漏れを抑えます。注射は始めは月に1回、3ヶ月に渡り行い、その後も間隔を空けて定期的に外来にて注射をします。

● 光線力学的療法(PDT)

光に反応する薬剤を体内に注射し、その薬剤が新生血管に達したときにレーザーを病変部に照射する治療法です。

● レーザー光凝固術

新生血管をレーザー光で焼き固める治療法です。正常な周囲の組織にもダメージを与えてしまいますので、新生血管が中心窩よりも外にある場合にのみ実施されます。

日常生活の注意点として

当院では、抗VEGF療法とレーザー光凝固術をおこなっております。喫煙は加齢黄斑変性の危険因子と

なることが明らかにされています。日本人では男性に多いことが特徴です。これは高齢者における、男性の喫煙率が高いことが影響していると考えられています。そのため禁煙することを強く勧めます。また、太陽光のとくに青色光が黄斑の老化に関係すると言われています。屋外ではサングラスなどで眼を守りましょう。

発症予防にいいとされている栄養素としてビタミンA、C、E等の抗酸化ビタミンやルテイン、亜鉛などの抗酸化ミネラル、オメガ3不飽和脂肪酸などが知られています。緑黄色野菜、穀類、貝類、根菜類、魚類などバランスの良い食事を心がけましょう。

黄斑とは網膜の中心部にあり、物を見るためにもっとも重要な部分です。黄斑部に異常をきたすと視力が悪くなり、形や色など見え方も悪くなります。

黄斑部に起こる疾患には加齢黄斑変性、黄斑円孔、黄斑上膜、黄斑浮腫などがあり、初期症状も似ています。しかし、それぞれ別の疾患であり、治療法も異なります。自分で判断することはできません。元通りになる病気ではありませんが、治療により視力を維持されている方も多くなりました。心配な方は眼科受診をお勧めします。