広報 NO.75

県立三好病院

今月の特集：ドライアイについて

眼科外来のスタッフです。

ー県立病院事業基本理念ー

県民に支えられた病院として　県民医療の最後の砦となる

発行　徳島県立三好病院　広報委員会
〒778-8503　徳島県三好市池田町シマ815-２
TEL 0883-72-1131　FAX 0883-72-6910
HP　http://www.tph.gr.jp/~miyoshi/

ドライアイについて

眼科　藤野　佑子

まずはじめに…

10秒間でドライアイチェック！！

10秒間まばたきをせずに、目を開けていられますか？
10秒間開けていられない人はドライアイの可能性が高くなります。

ドライアイとは？

ドライアイとは、その名の通り「目が乾燥する」病気です。角膜や結膜など目の表面がいわゆる肌荒れのような状態になり、目の疲れや不快感などの症状が現れます。現在、日本全国に800万人以上の患者がいると推定されています。目に疲れを感じている人の86%、オフィスワーカーの３人に１人がドライアイ患者であると言われており、現代病のひとつと考えられています。

ドライアイの主な症状

ドライアイの症状は、なんとなく目に違和感がある、目が疲れやすいといった「不定愁訴」として現れます。以下のような症状に当てはまる人は要チェックです。

ゴロゴロする　ショボショボする　目が重たい　目が開きづらい　目が疲れる
ヒリヒリする　メヤニが出る　朝、目が開かない　午後になるとかすむ
視力は良いがなんとなく見づらい　など

悪化してくると、目が痛い・目を開けていられないなどから、頭が痛い・肩が凝る・気分が悪いなど全身症状に発展する場合もあります。

ドライアイの原因

ドライアイは様々な原因により涙の量が減ったり、成分が変わったりすることで起こる病気です。身近なものではコンタクトレンズ装用やＶＤＴ作業（パソコンなどを長時間使う

作業) などがありますが、なかにはシェーグレン症候群などの重篤な疾患が原因の場合もありますので、自己診断せず、検査を受けることが重要です。

●涙の量の減少・成分の変化：加齢　シェーグレン症候群　一部の薬剤　不規則な生活
●まばたきが少ない：パソコン　テレビゲーム　携帯電話
●涙が蒸発しやすい：乾燥した空気　冷暖房　目がもともと大きい　など
●その他：コンタクトレンズ装用　紫外線　など

＊シェーグレン症候群：厚生労働省が定めた特定疾患のひとつで、中年女性に好発する「涙腺」と「唾液腺」を標的とする自己免疫疾患。ドライアイ、ドライマウス (口の中が乾く) といった乾燥症状が現れます。

ドライアイの診断

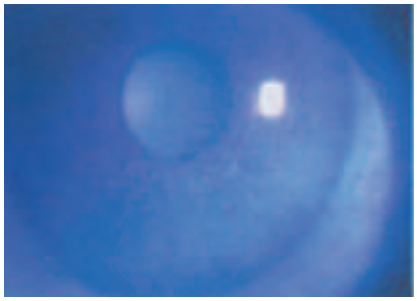
ドライアイは患者さんの自覚症状と、目の表面や涙の異常を調べることにより診断されます。主な検査には以下のようなものがあります。

●シルマー試験：涙の量をはかる検査。専用の試験紙を下まぶたの端に 5 分間挿入し、試験紙が涙で濡れた長さをはかります。
● BUT 試験：涙の安定性をはかる試験：目を開いてから目の表面の涙の膜が破壊されるまでの時間をはかります。(BUT：break up time)
●　染色試験：目の表面の傷を調べる検査。フルオレセインという色素で目の表面を染めて、傷を観察します。

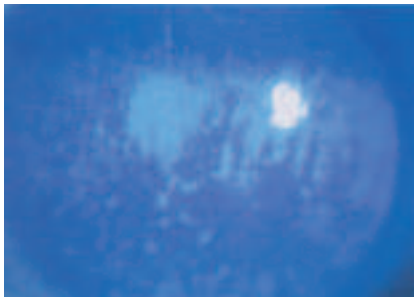
涙液減少型ドライアイの重傷度とその治療

①軽度 (点眼治療)

②中等症 (点眼治療)



③重症 (点眼プラグ)



ドライアイの治療

ドライアイ治療の基本は点眼です。保湿効果のあるヒアルロン酸点眼や、防腐剤フリーの人工涙液が用いられます。また、涙の排水口である涙点を塞いで涙をためる涙点プラグも保健適応になっているほか、温熱療法やモイスチャーエイド (保護めがね) なども用いられます。日常生活でもまばたきを意識的に増やしたり、長時間のパソコン作業は避けるなど目を乾かさない工夫が必要です。

不快な目の症状がある方は、一度、眼科へお越し下さい。
眼科外来ではドライアイに関するパンフレットもお渡ししています。

薬のことをもっと知ろう

その5　病院薬剤師の仕事について

病院の中にも薬剤師の人はいるようですが、
どのような仕事をしているのですか？

⇒患者さんが薬を使った治療を安全に行えるよう活動しています。

少ない人数ですが、病院の中でも薬剤師は働いています。病院薬剤師は内服薬の調剤のほか、主に入院患者さんへの薬を使った治療（薬物療法）に関する様々な業務を行っています。三好病院では、入院されている患者さんに対して薬の効果・副作用などをご説明したり、薬の飲み合わせを確認したり、副作用を早く発見し重症化するのを防ぐことができるように活動しています。
また入院患者さんに使用される注射の準備や、カロリーの高い点滴を清潔に調製したり、取扱いに注意が必要な抗がん剤の調製も行っています。他にもチーム医療の一員として、院内感染対策や緩和ケア、床ずれ（褥瘡）の治療などにも参加して薬の提案・チェックなどを行っています。
これらの業務は患者さんが薬を使った治療（薬物療法）を安全に行えるようにするためです。
薬の専門家として患者さんが正しくお薬を使って頂きたいと思っています。

薬のことをもっと知ろうのまとめ

●お薬は自分の判断でやめたりしないでください。
●できるだけ水でお飲みください。また飲み忘れた時は一度に2回分を服用しないようにしましょう。
●お薬手帳は薬を安全に服用していただくためのものです。ぜひお使いください !!
●ジェネリック医薬品は、新薬と同じ有効成分で効能・効果などが同一であり、低価格な医薬品です。
●薬剤師は患者さんに薬を正しく安全にお使いいただくために活動しています。

数回にわたって掲載しました『薬のことをもっと知ろう』はいかがだったでしょうか？
ご自身や家族の方のお薬をもっと知っていただき、正しくお使いいただければ幸いです。
お薬について分からないこと・知りたいことがあればお気軽に薬剤師にお尋ねください。

御意見・御要望がございましたら、ホームページ、または院内御意見箱までお願いします。
広報バックナンバーはホームページにてご覧になれます。