

コンタクトレンズと 眼障害

コンタクトレンズと角膜と涙

コンタクトレンズは角膜という黒目の表面の膜の上のついているわけです。ぴったりくっついてはいるわけではありません。コンタクトレンズと角膜の間には涙があるため、レンズは涙の上に浮いた状態で、角膜の上を滑らかにある程度の距離を上下左右にすべっています。角膜は透明な組織で、血管はありません。角膜も他の組織同様、酸素が必要なのですが、血管がないため表面の部分は空気中からの酸素を涙の助けを借りて吸収しています。

したがって角膜の健康を保つには、涙の状態や角膜とコンタクトレンズの接触の具合（フィッティング）、もちろんコンタクトレンズ自体の状態に注意することが大切です。涙の状態やフィッティングは定期検査で判断してもらおうこととなりますが、コンタクトレンズのケアは自分で気を配るしかありません。

コンタクトレンズによる眼障害

コンタクトレンズの誤った使用方をしたり、ケアを怠ると大変な眼障害を起こすことがあります。ここで代表的なものを紹介させていただきます。

- ・点状表層角膜症：角膜表面についた細かい点状の傷のことで、軽いと自覚症状はほとんどありません。ひどくなると角膜潰瘍へ進行します。
- ・角膜潰瘍：角膜の深い部分にまで傷が進行した状態で、充血や激しい痛みを伴います。治癒してもその部分の角膜に濁りを残すことがあります。
- ・角膜血管新生：角膜の酸素不足のため、もともと血管のない角膜に、血管が周辺から入ってくる状態です。軽いうちは自覚症状はありませんが、進行して角膜の中心まで血管が進入すると視力障害を起こします。
- ・角膜内皮障害：角膜の最も内側の細胞の数が減った状態です。

この細胞は角膜の透明性を保つ働きがあるので、進行すると角膜が濁ってしまいます。

眼障害を起こさないために

眼障害を起こす原因のほとんどは、長時間の装用と不適切なレンズケアです。決められた装用時間、装用期間を超えては絶対に使わないでください。また充血、痛み等の自覚症状が現れたらすぐにレンズをはずしてください。レンズをはずしてしまうと見えなくなってしまうので、きちんと自分の目に合った眼鏡をいつも持つよう

に心がけてください。自覚症状のない場合でも、コンタクトレンズと眼鏡を上手に併用してみてください。また処方時に説明を受けた正しいレンズケアを忘れずに行うようにしてください。自覚症状がなくても眼障害が始まっていることも少なくありません。定期検査も忘れずにうけるようにしましょう。

(医師会)