

このごろは、加齢黄斑変性症という病気にについてマスコミでもクローズアップされているのでご存知の方も多くなりました。全世界で5000万人の患者、米国では1300万人以上の患者がいて、65歳以上の失明原因の第1位の病気です。日本でも生活の欧米化に伴い数百万人の患者がいるとされており、糖尿病網膜症、緑内障、網膜色素変性症に次いで成人の中途失明原因の第4位です。

加齢黄斑変性症とは

眼の奥で光を映す役割をする「網膜」の中で視力の中心となる「黄斑部」。そこに老廃物が溜まったり、おかしな血管ができて悪さをし、視力が低下するのがこの病気の本质です。「加齢性」と言う名前からも判るように、年齢を重ねる事で発症しますが、誰でもなるという訳ではありません。一般に老化現象を引き起こす因子として「活性酸素」が注目を浴びています。本来は体内で病原体を殺したりする役目を持ちますが、過剰に発生すると自分自身の細胞や組織を傷害し、老化を早め、さまざまな疾患を引き起こすと言われています。昔から「不老不死」の研究は盛んに行われて来ましたが、

最近流行の「アンチ・エイジング」と言う学問でもこの活性酸素は重要なポイントです。

以前は治療の方法もなく、手をこまねいているだけでしたが、現在は内服薬、レーザー、手術など、まだ日本では承認されていない物もありますが、色々な治療の可能性が出てきました。変性症がより重症化するタイプの遺伝子が発見されています。患者さんの遺伝子を調べ、ひとりひとりに適切な治療を選ぶオーダーメイド治療が主流になる時が来るかもしれません。

病気の原因

この病気になりやすい患者さんの特徴としては、民族、性別などでは特別なものはないようですが、世界的に言われているのがタバコとの因果関係です。先に出てきた活性酸素はさまざまな外的要因（紫外線、タバコ、ストレスなど）の刺激で過剰発生しますので、愛煙家には高率発症するようです。また、米国の国立眼研究所が10年かけて調べた研究が2001年に発表され、それによると活性酸素の発生を抑えると言われる抗酸化ビタミン（ビタミンE・C、βカロチン）と亜鉛をいっしょに摂取すると加齢黄斑変性の進行リス

クが25%軽減するという内容でした。喫煙者が大量のβカロチンを摂取すると発ガン性があるという報告もあるので注意が必要ですが、病気の方にこれは朗報でしょう。

病気を防ぐには

この病気から自分の目を守るためには規則正しい生活・禁煙・紫外線カット（メガネ・サングラス等の使用）・抗酸化ビタミンや亜鉛などを含むバランスのとれた食生活などでしょうか。こう書いてみると、これらは「生活習慣病」予防で言われている項目に一致しますね。やはり体に良い事は目にも良い、という話になります。食事が偏っているためにサプリメントに頼ってしまう方もいらっしゃいますが、あくまで補助食品であることを忘れず上手に利用して頂きたいと思います。

加齢による眼の病気は老眼などと勘違いされ、受診が遅れる事もあります。何か症状のある時は自己判断に頼らず眼科的検査を受けてください。また、自覚症状がなく進行してしまう場合がありますので、40歳を過ぎたら1年に1回は健診を受けることもお勧めします。

日曜・休日に実施している医療機関

午前10:00～午後4:00

月日		場所	診 療 所 名	科 目	☎ (048)	場所	診 療 所 名	科 目	☎ (048)
3	1	朝霞	村山クリニック	内・循	471-1636	新座	大塚産婦人科小児科医院	産婦・小	479-7802
	8	志木	鈴木医院	内・小	473-4766	和光	富澤整形外科・内科	整・リウ・泌・ 内・胃・リハ	468-3456
	15	和光	中川眼科	眼	465-1144	新座	堀ノ内クリニック	内・精・リハ・ 神・胃・整	483-2222
	20	朝霞	鈴木内科	内・小	473-6611	和光	和光耳鼻咽喉科医院	耳・アレ	467-0889
	22	新座	樹康クリニック じゅこう	内・小・外・ 皮・胃・肛	470-5050	朝霞	阿部産婦人科医院 阿部 レディースクリニック	産・婦・内	465-8118
	29	新座	片山診療所	小・皮・内	481-0260	朝霞	青柳診療所	内・消	465-5077

※3月の休日歯科応急診療所

実施日 3/1(日)・8(日)・15(日)・20(金)・22(日)
受付時間 午前9時～11時30分
場所 新座市休日歯科応急診療所（新座市保健センター）
診察料 健康保険法の規定料金（保険証を必ずお持ちください。）
問い合わせ ☎048-481-2211

※救急医療のお問い合わせ

●埼玉県救急医療情報センター
☎048-824-4199
●埼玉県南西部消防本部
☎048-460-0123
※小児救急電話相談
●#8000（携帯電話からも相談可能）



※当番医は変更になる場合もあります。確認してからお出かけください。