

日本白内障学会が提唱する白内障の自己診断テスト

- *****
1. 目が見えにくく、不自由を感じる
 2. 片目ずつで見ると、左右の目の見え方の差が大きい
 3. 明るい場所や日差しが強い場所にいると、とてもまぶしく感じる
 4. 目がかすんで疲れやすい(霧がかかったように見える)
 5. 視界が薄暗く感じる
 6. 片目で見たときに、モノがダブルに見える(二重、三重に見える)
 7. 近くのものが見えやすくなった(老眼鏡が不要になった)
 8. 眼鏡を替えても見にくい(眼鏡を作ることができなかった)
 9. 自動車の免許更新が行えなかった(免許所有者のみ)
 10. 見え方に異常はあるが、目の痛みや充血はない
 11. 50歳以上である
- *****

ライオンでは、初期状態の画像の焦点を網膜にぴったりと合わせ、脂肪や塩分の多い食習慣、肥満、糖尿病などは白内障の発症を早めるリスク要因であることなどを調節する毛様体筋の収縮力や水晶体の弾力性が低下して屈折率が低下して、近くを見るときに焦点が網膜に合わなくなると多眼になることが、水晶体の内部に変性や混濁することで、白内障になるという説明しました。

では、誰もが白内障になるのでしょうか。答えはイエスです。水晶体は加齢とともに混濁し、日

本眼科学会ガイドです。

片目のみが行ずる

行動において支障を来し、QOL(生活の質)の低下につながりま

用アトピー性皮膚炎、脂肪や塩分の多い食習慣、肥満、糖尿病などは白内障の発症を早めるリスク要因であること

筋の収縮力や水晶体の弾力性が低下して屈折率が低下して、近くを見るときに焦点が網膜に合わなくなると多眼になることが、水晶体の内部に変性や混濁することで、白内障になるという説明しました。

では、誰もが白内障になるのでしょうか。答えはイエスです。水晶体は加齢とともに混濁し、日

片目のみが行ずる

行動において支障を来し、QOL(生活の質)の低下につながりま

用アトピー性皮膚炎、脂肪や塩分の多い食習慣、肥満、糖尿病などは白内障の発症を早めるリスク要因であること

筋の収縮力や水晶体の弾力性が低下して屈折率が低下して、近くを見るときに焦点が網膜に合わなくなると多眼になることが、水晶体の内部に変性や混濁することで、白内障になるという説明しました。

では、誰もが白内障になるのでしょうか。答えはイエスです。水晶体は加齢とともに混濁し、日

片目のみが行ずる

行動において支障を来し、QOL(生活の質)の低下につながりま

用アトピー性皮膚炎、脂肪や塩分の多い食習慣、肥満、糖尿病などは白内障の発症を早めるリスク要因であること

筋の収縮力や水晶体の弾力性が低下して屈折率が低下して、近くを見るときに焦点が網膜に合わなくなると多眼になることが、水晶体の内部に変性や混濁することで、白内障になるという説明しました。

では、誰もが白内障になるのでしょうか。答えはイエスです。水晶体は加齢とともに混濁し、日

片目のみが行ずる

行動において支障を来し、QOL(生活の質)の低下につながりま

用アトピー性皮膚炎、脂肪や塩分の多い食習慣、肥満、糖尿病などは白内障の発症を早めるリスク要因であること

筋の収縮力や水晶体の弾力性が低下して屈折率が低下して、近くを見るときに焦点が網膜に合わなくなると多眼になることが、水晶体の内部に変性や混濁することで、白内障になるという説明しました。

では、誰もが白内障になるのでしょうか。答えはイエスです。水晶体は加齢とともに混濁し、日

⑩ 誰もが白内障になる？

人生100年時代の健康管理

桐生大学 桐生大学副学長 山科 章



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、元日本循環器病予防学会理事長。

前回、目の構造をもう一度例えて紹介した中で、水晶体は屈折率を調整し、見てい

は白内障の最大の原因は加齢です。喫煙、紫外線放射線被曝、素テロイド剤の長期服

用アトピー性皮膚炎、脂肪や塩分の多い食習慣、肥満、糖尿病などは白内障の発症を早めるリスク要因であること

筋の収縮力や水晶体の弾力性が低下して屈折率が低下して、近くを見るときに焦点が網膜に合わなくなると多眼になることが、水晶体の内部に変性や混濁することで、白内障になるという説明しました。

では、誰もが白内障になるのでしょうか。答えはイエスです。水晶体は加齢とともに混濁し、日

能を含めると80歳以上になると100%に水晶体混濁がみられ、視力に問題を生ずる程度の混濁が、50歳代で10%、60歳代で26%、33%、70歳代で51%、80歳以上では67%、83%にみられると紹介されています。

は白内障の最大の原因は加齢です。喫煙、紫外線放射線被曝、素テロイド剤の長期服用は白内障の発症を早めるリスク要因であること

筋の収縮力や水晶体の弾力性が低下して屈折率が低下して、近くを見るときに焦点が網膜に合わなくなると多眼になることが、水晶体の内部に変性や混濁することで、白内障になるという説明しました。

では、誰もが白内障になるのでしょうか。答えはイエスです。水晶体は加齢とともに混濁し、日

保健・福祉

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。