

順天堂大学客員教授で、本紙『眼のはなしQ&A』でお馴染み「むらかみ眼科クリニック」(宇土市南段原町)の村上茂樹院長が、順天堂大学や東京理科大学の教授たちとまとめた「スポーツ系大学生におけるドライアイの現状」と題する論文が、順天堂大学や東京理科大学の教授たちとともに、「スポーツ系大学生におけるドライアイの現状」と題する論文が、順天堂大学や東京理科大学の教授たちとともに、「スポーツ系大学生におけるドライアイの現状」と題する論文が、順天堂大学や東京理科大学の教授たちとともに、「

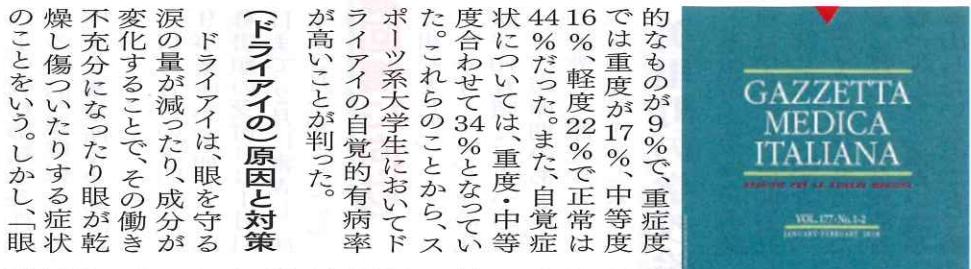


村上茂樹院長

## むらかみ眼科クリニックの村上茂樹院長が

# ドライアイの現状と問題点を発表

## 英語での学術論文がイタリアの医学雑誌に掲載



村上院長の英語の学術論文が掲載された医学雑誌の表紙

的なものが9%で、重症度では重度が17%、中等度16%、軽度22%で、正常は44%だった。また、自覚症状については、重度・中等度合わせて34%となっていた。これらのことから、スポーツ系大学生においてドライアイの自覚的有病率が高いことが判った。

**(ドライアイ)の原因と対策**

対策としては、  
①空気の乾燥。目の表面から涙液が蒸発しやすくなり、ドライアイの症状がより強くなる。風が直接眼に当たらないようエアコンの風向きに注意したり、加湿にも心掛ける。  
②瞬きがない。読書やパソコン操作時などに集中してもらう。

ドライアイは、眼を守るために、ドライアイの原因となることの一つが、マスクの使用である。マスクの中に入り込み弁を入れ、呼吸の時にだけ弁を開く。すなわち、呼気の時は弁が開いてマスク内の保湿蒸気を眼の周りに送る。マスクの不自由な患者でも、使い切らぬ点眼薬が楽に開封できる「開封容器」も別途、特許取得するなど、眼科医に選んでもらう。

**治療用のマスク**

そこで、村上院長は数年前から「もっと手軽で有效的な治療用具はできないものか」と考案したのが「ドライアイ治療用マスク」。このマスクは、呼気(吐いた息)で常に眼の周囲に体温に近い蒸気が出される。眼の表面を潤す効果がある。

また、村上院長は手指の不自由な患者でも、使い切らぬ点眼薬が楽に開封できる「開封容器」も別途、特許取得するなど、眼科医に対する情熱は並々ならぬものがある。村上院長は眼科医として史上初の日本医学専門医認定3冠(眼科学会、東洋医学、抗加齢医学)を取得している。

特にコンタクトレンズの人には要注意だ。対策としては瞬きの回数を増やすとともに、しっかりと瞬きをする(完全に目を閉じる)。目を酷使する作業では間に休憩を入れる。

③結膜炎など。近年急増しているアレルギー性結膜炎などでもドライアイを併発する。また、目以外にも口や鼻などの粘膜も乾燥し、関節痛等を伴うシーグレン症候群という重症のドライアイもある。

④パソコンやテレビは画面を見下ろす位置に。上大きく開き、それだけ涙の蒸発が早くなる。

なお、目の疲れや不調の原因として、ドライアイだけでなく、他に緑内障などもしくいなど難点がある。

柔らかい素材のため、携帯にも便利だ。