

きちんと理解、続ける治療

緑内障

監修

【薬剤師】青野 祐一先生(ひかる薬局)

(五十音順)

重松 裕子先生(第一薬局武雄支店)

菊池 順子先生(新お茶の水薬局)

藤田 淳子先生(根本薬局みどり野店)

【医師】吉川 啓司先生(吉川眼科クリニック)

谷野 富彦先生(西鎌倉谷野眼科)



ファイザー株式会社

緑内障は失明原因第1位の病気です

緑内障は視野が欠けていく病気です。日本人の**失明の原因疾患第1位は緑内障**であり、治療せずに放っておくと失明につながるおそれがあります。

40歳以上に多い病気で、**40歳以上の日本人の20人に1人が緑内障**といわれており、その数は年々増えています。

緑内障のなかでも、日本人は眼圧が正常である「**正常眼圧緑内障**」(4~5ページ参照)が多く、**緑内障全体の約7割**を占めます。

Point ● 緑内障

- ① 緑内障は失明原因第1位の病気です
- ② 40歳以上の20人に1人が緑内障といわれています
- ③ 正常眼圧緑内障が約7割を占めます

原因は眼圧の上昇など。眼圧が正常な緑内障も!?

視野が欠ける原因は眼圧*1の上昇などです。眼圧は、房水*2を作る量と房水が目の外へ出ていく量のバランスによって維持されています。このバランスがくずれて眼圧が高くなると、視神経が圧迫されて傷つき、視野が欠けてしまいます。ただ、視神経の強さは人によって異なり、**眼圧が正常でも緑内障になってしまう人がいます**。このような緑内障を「正常眼圧緑内障」といいます。

*1 眼圧:眼球の形とはたらきを保つ圧力

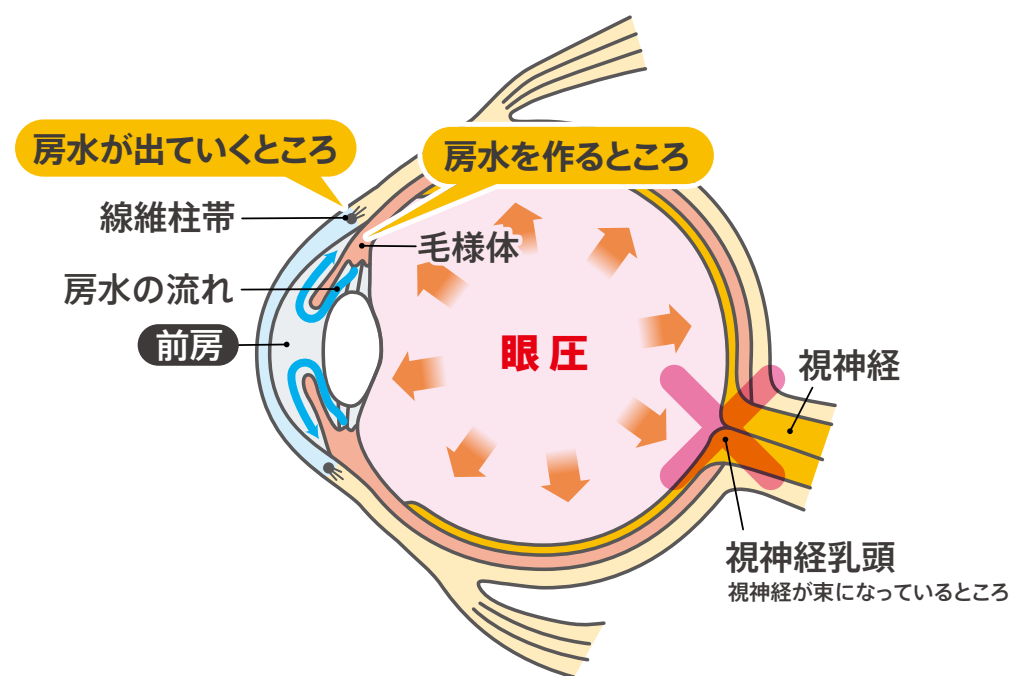
*2 房水:眼球の前方にある前房という部分を満たしている透明な液体で、栄養や老廃物を運びます

Point ● 緑内障の原因

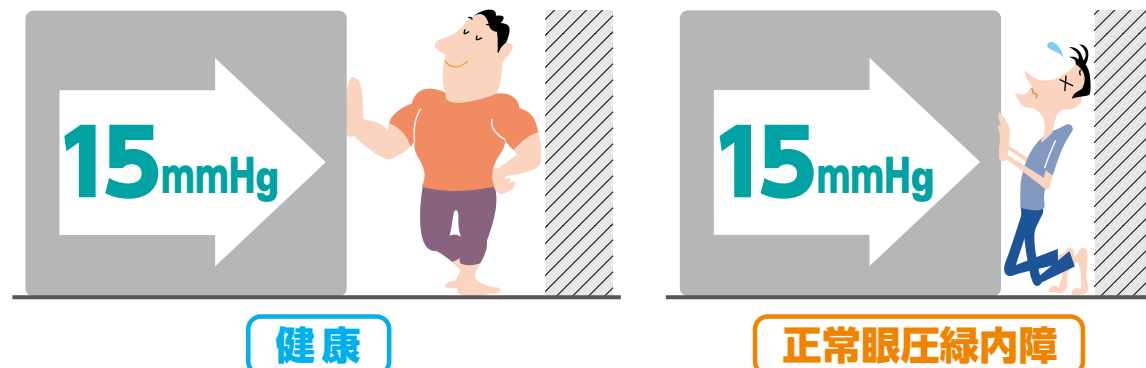
① 緑内障は眼圧の上昇などによって視野が欠けていく病気です

② 眼圧が正常でも緑内障になることがあります

眼圧とは



正常眼圧緑内障とは



人によって視神経が耐えられる眼圧の高さは異なります

ゆっくりと欠けて、元に戻らない視野

多くの場合、視野は長い時間をかけて**ゆっくりと欠けていく**ため、**はじめのうちはなかなか気づくことができません**。しかも、片方の目の視野が一部欠けても、もう片方の目で補ってしまうため、両目で見るとこれまでと同じように見えます。また、目は絶えず動いているうえに、欠けた部分は黒く見えるわけではないことも気づきにくい理由です。一度欠けてしまった視野は**元に戻すことができない**ため、定期的な検査で、見えない部分が広がっていないか確認することが大切です。「いまどのくらい欠けているのか?」「どのくらいのスピードで欠けているのか?」などは眼科の検査でしかわかりません。**定期的な検査を欠かさないようにしましょう**。

Point ● 視野の欠け

- ① 視野はゆっくりと欠けていきます
- ② 一度欠けた視野は元に戻りません
- ③ 定期的に眼科の検査で確認しましょう

視野が欠けるイメージ(右目)



両目で補い合う視野



注) 実際には、正常な視野でも「盲点」と呼ばれる部分は欠けています。

房水の出口「隅角」は「目づまり」と「ふさがり」の2タイプ

眼圧は、房水が出にくくなって目の中にたまと上がります。その原因は、房水の出口である隅角が**目づまりしているタイプ**と、**ふさがっているタイプ**に分かれます*。日本人に多い正常眼圧緑内障は、目づまりが原因のタイプです。あなたはどちらのタイプですか？

※両方のタイプが混ざった「混合型」もあります。

もっと詳しく！

房水は「毛様体」で作られて、目の前方に流れます。そして、隅角にある「線維柱帯」というフィルターのようなはたらきをしている部分でろ過されてから、「シュレム管」という管を通過して目の外に出ていきます。隅角は開いているけれどフィルターが目づまりを起こしているのが「開放隅角緑内障」、隅角が閉じているのが「閉塞隅角緑内障」です。

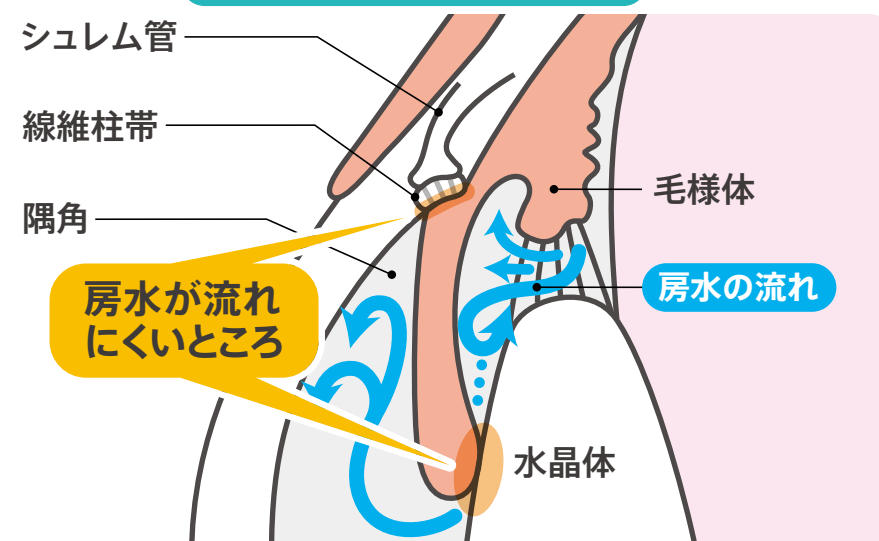
Point ● 「隅角」のタイプ

- ①隅角が目づまりしているタイプとふさがっているタイプがあります
- ②自分のタイプを覚えておきましょう

出口が目づまりしている
開放隅角緑内障



出口がふさがっている
閉塞隅角緑内障



閉塞隅角緑内障で適切な治療を受けていないと、抗コリン薬という種類のお薬を使うことができません。

眼圧を下げて視野を守りましょう

緑内障は眼圧を下げる治療が行われます。**眼圧を下げると視野が欠けるスピードがゆるやかになる**ことが、これまでの調査でわかっているからです。眼圧を下げる方法には、目薬、レーザー治療、手術があります。どの治療が行われるかは、緑内障のタイプや病期によって異なりますが、多くは目薬から治療を始めます。

生涯にわたって視野を守るためには、**毎日きちんと点眼すること、定期的に受診して目の状態を確認すること**がとても大切です。



Point ● 視野を守る

①眼圧を下げましょう

②毎日、きちんと点眼しましょう

③定期的に受診して、
目の状態を診てもらいましょう

目薬には房水の量を調節して眼圧を下げるはたらきがあります

眼圧を下げるために目薬を点眼します。目薬には、房水を目の外に出しやすくする作用があるもの、房水を作る量を減らす作用があるもの、両方の作用をあわせもつものなどがあり、目の中の**房水の量を調節することで眼圧を下げます。**どのタイプの目薬を使うのか、何種類使うのかなどは、患者さんの状態をみて眼科医が判断します。
あなたが使っている目薬はどのタイプなのか、チェックして確認しましょう。

Point ● 目薬のしくみ

- ① 目薬で眼圧を下げることができます
- ② 目薬は目の中の房水の量を調節して眼圧を下げます

()の中にあなたが使っている目薬の名前を書きましょう。

房水を目の外へ出しやすくする

ぶどう膜強膜から出す

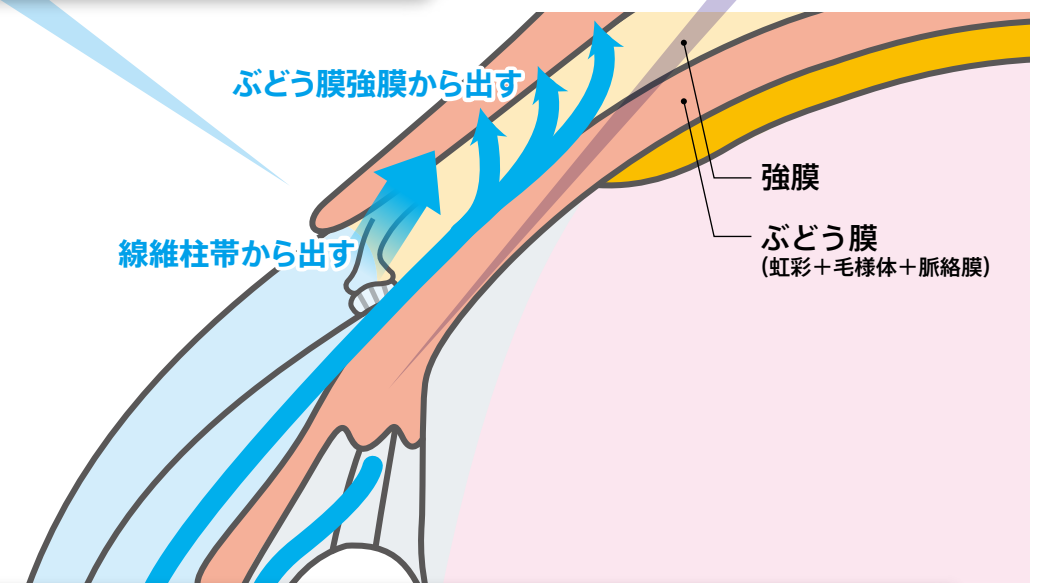
- プロスタグランジン関連薬 ()
- α_1 遮断薬 ()
- $\alpha \beta$ 遮断薬 ()
- α_2 刺激薬 ()

線維柱帯から出す

- 交感神経刺激薬 ()
- 副交感神経刺激薬 ()

房水を作る量を減らす

- β 遮断薬 ()
- 炭酸脱水酵素阻害薬 ()
- $\alpha \beta$ 遮断薬 ()
- α_2 刺激薬 ()



配合剤(2剤が1つになった薬)

- プロスタグランジン関連薬 + β 遮断薬 ()
- 炭酸脱水酵素阻害薬 + β 遮断薬 ()

目薬にも副作用があります

たった1滴の目薬でも副作用が出ることがあります。
 多くは目の副作用ですが、まれに全身の副作用が出る場合もあるので注意が必要です。あなたが使っている目薬にはどのような副作用があるのか、右の表で確認してみましょう。

副作用が出ても**自己判断で中止せず、医師または薬剤師に相談しましょう。**ただし、**赤字**で記載された副作用が出た場合は、すぐに中止してご相談ください。



Point ● 目薬の副作用

- ① 1滴の目薬でも副作用が出ることがあります
- ② 自己判断で点眼を中止せずに、医師または薬剤師に相談しましょう

目薬の主な副作用

あなたが使っている目薬の名前を書きましょう。

	プロスタグランジン 関連薬	β遮断薬 αβ遮断薬	炭酸脱水酵素阻害薬
あなたの 目薬の名前			
目の 副作用	<ul style="list-style-type: none"> 虹彩への色素沈着 まぶたの黒ずみ まつ毛が長くなる 結膜充血、眼痛、かゆみなど 	<ul style="list-style-type: none"> 涙液の分泌の減少、それに伴う角膜びらん(ただれ) 	<ul style="list-style-type: none"> 結膜の充血 一時的にかすんで見える 点眼時にしみる
全身の 副作用	<ul style="list-style-type: none"> ほとんどない 	<ul style="list-style-type: none"> 気管支ぜんそくや不整脈の発作を誘発 血圧下降、徐脈、善玉コレステロールの低下、うつ病の悪化など 	<ul style="list-style-type: none"> ほとんどない

	交感神経刺激薬	副交感神経刺激薬
あなたの 目薬の名前		
目の 副作用	<ul style="list-style-type: none"> 結膜蒼白 散瞳 結膜アレルギーなど 	<ul style="list-style-type: none"> 暗くぼやけて見える 充血や涙目(流涙) 近視の度が強くなる
全身の 副作用	<ul style="list-style-type: none"> 頭痛 口が渇くなど 	<ul style="list-style-type: none"> ほとんどない

白土 城照(指導・監修): 緑内障・白内障・糖尿病網膜症・黄斑変性症の早期発見と治療の手引き 1 小学館:9, 2003より改変

この他にも気になる症状が現れた場合は医師、薬剤師にご相談ください。

正しい点眼方法を守りましょう

① 手をきれいに洗ってください。



② キャップをはずしてください。



③ 下まぶたを利き手でないほうの手の人差し指で下げて、1滴だけ点眼してください。2滴以上点眼しても効果は変わりません。



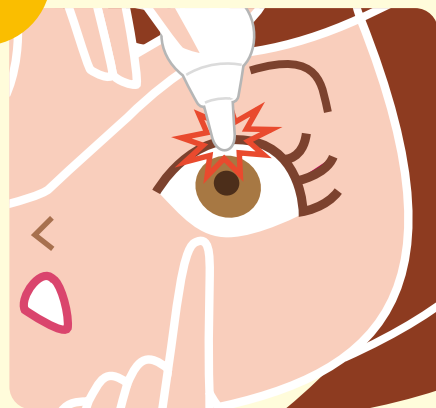
④ 目のまわりについた目薬は、清潔なガーゼやティッシュなどでふき取りましょう。



⑤ 点眼後はまばたきをしないで軽く目を閉じたり、目頭を1~5分間押さえてください。これにより目薬が鼻やのどに流れて出る副作用を減らすことができます。



注意



目薬の容器の先が目につかないようにしてください。汚染の原因になります。

2種類以上の目薬を使用するときは、5分以上間隔をあけてください。



Point ● 正しく点眼

- ① 正しい点眼方法を守りましょう
- ② 用法・用量を守りましょう
- ③ 目のまわりについた目薬はふき取りましょう
- ④ 手や目薬を清潔に保ちましょう

プロスタグランジン関連薬の副作用

プロスタグランジン関連薬は、充血や目のまわりが黒くなるなどの副作用が出ることがあります。これらの副作用には、はじめから出るもの、しばらく経ってから出るものがあります。

「目のまわりが黒くなる」「まつ毛が濃くなる」といった副作用は、あふれた目薬を**きちんとふき取ることである程度減らすことができます。**

はじめから出る副作用

充血



しばらく経ってから出る副作用

目のまわりが黒くなる



まつ毛が濃くなる



上まぶたがくぼむ



点眼後、目のまわりについた目薬を濡らしたティッシュなどでふき取る、目を閉じて洗顔する、また、お風呂の前や洗顔の前に点眼する方法も有効です。これらの副作用が出たからといって**自己判断で点眼を中止せず、気になることは医師または薬剤師に相談しながら点眼を続けることが重要です。**



Point ● プロスタグランジン関連薬の副作用

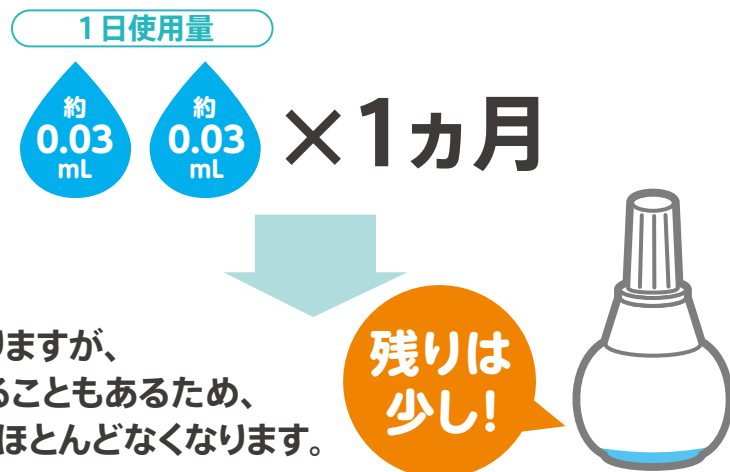
- ① あふれた目薬をきちんとふき取ることで減らせる副作用があります
- ② 副作用が出ても自己判断で点眼を中止せず、医師または薬剤師に相談しましょう

正しく保存していても、 使用期限は開封後1ヵ月が目安

目薬は種類によって保存方法が異なりますので、決められた方法で正しく保存することが大切です。
決められた使用期限を過ぎた目薬は、細菌によって汚染したり、薬の効きめが弱くなったりすることがあるので、決められた期間で捨ててください(通常は1ヵ月くらいです)。また、目薬は毎日きちんと点眼していれば、1ヵ月くらいでなくなる量が入っているため、忘れずに点眼すれば自然に使い切ることができます*。

目薬は1ヵ月でどのくらい減るの？

1本2.5mLの目薬を1日1回両眼に点眼した場合



*例外もあります。わからない場合は医師または薬剤師にご相談ください。

あなたの点眼スケジュールを
書いてみましょう

	右目	左目
朝	目薬の名前	目薬の名前
	キャップの色・形など	キャップの色・形など

	右目	左目
昼	目薬の名前	目薬の名前
	キャップの色・形など	キャップの色・形など

	右目	左目
夜	目薬の名前	目薬の名前
	キャップの色・形など	キャップの色・形など