

連載

白内障③

三戸呂 克美

私が白内障と診断され、入院、手術、退院をして1年が過ぎました。退院後しばらくは月に一度の通院と一日5回の目薬を欠かさず投与していましたが、通院回数は徐々に減り、今は3ヶ月に一度検診に行きます。もちろん眼薬投与は続けていますが一日2回になりました。

ちなみに白内障の手術は一度に両眼はしません。二～三週間あけて行われます。術後は洗顔にも気をつけていたのですが、退院後3ヶ月を過ぎた頃、右目に異変が起きました。中心が暗くなりおまけに線が歪んで見える症状が現れたのです。「黄斑円孔（おうはんえんこう）」という病気です。

病院でもらった説明書によると、《眼底の中心にある黄斑部の網膜（もうまく）に孔（あな）があく病気です。黄斑部は物を見るための中心ですから、黄斑円孔になると非常に物が見えにくくなる。15年ほど前までは治療不可能とされていましたが、最近では手術でほとんど黄斑円孔は閉鎖することができるようになっている。高齢者に多い病気ですが、眼の打撲などで若い人にも起こることがある。》と、書いてありました。

とにかく治さなければとの思いで手術をしてもらうことになりました。入院中は、ベッド上でうつ伏せで寝るといふか寝なくてはなりません。主治医や看護師が最初に心配してくれた事でした。うつ伏せ状態で、それも一日や二日ではありません。自信が無い、と伝えて横向きで過ごせるようにしてもらいました。手術は白内障よりも時間がかかり、入院期間も長くなりましたが無事退院する事ができました。

白内障の原因が酸化ストレス、すなわち多くの場合は加齢に伴って発生しますので、体を酸化ストレスから守る事が白内障の予防にもつながります。加齢に伴って発生する白内障を、病気と呼ばずに老化現象と呼ぶ人もいるので、一般的に言われているアンチエイジング、抗加齢、抗酸化の考え方が、加齢に伴う白内障予防にもあてはまります。睡眠不足や喫煙、紫外線、脱水状態等は、その場では大きな変化につながりませんが、酸化ストレスを蓄積する要因になります。

第2章で眼内レンズについて述べました。眼内レンズは、白内障手術にかかわる様々な物品や機器の中でも、最も術後の視機能（見え方の質、生活の質）に影響するものです。眼内レンズは人工なので、白内障になる前までの水晶体と厳密に同じレベルの機能に戻るわけではありませんが、多くの方は眼鏡等を併用することで、白内障になる前の状態に近い生活ができるようになります。

私も白内障の手術前裸眼で0.6まで落ちた視力でしたが、約一年後に検査をした結果1.2まで回復してきました。眼内レンズの装着もズレず、黄斑円孔の穴のふさがりも順調に行っているようです。しかし、目をあけて水の中で“ぱちぱち”するところまでは行かず、まだ怖いのです。ビビっていますが用心に越した事は無いと思っています。

(完)

本文一部内容については以下のHPより引用

《<http://www.asahi-net.or.jp/~pd2k-nim/sub1.htm>》

(完)