特殊なレンズ使用、効果一時的だが…

手術なしで近視矯正

寝ている間だけ特殊なコンタクトレンズを入れることで、角膜の形を変える近視矯正法がある。「オルソケラトロジー」と呼ばれ、効果は一時的だが、手術せずに視力が良くなるとして海外では普及し始めた。ただ国内では未承認で、臨床試験が行われている段階。適切なレンズを選ばないと目のトラブルを起こす恐れもあり、専門医は「ガイドラインを整備する必要がある」と指摘している。

国内未承認「ガイドライン必要」

近視には水晶体の厚さをうまく調節できない調節性近視と、眼球の軸が前後に長くなる軸性近視がある。いずれも網膜の手前に焦点を結ぶため像がぼけてしまう。

普通は眼鏡やコンタクトレンズで矯正するが、見た目や使い勝手が悪いと嫌う人もいる。スポーツ選手では眼鏡などはハンディとなることがあり、パイロットや消防士、競馬の騎手など、裸眼視力が悪いとなれない職業もある。

近視治療ではレーザーで角膜を削る「レーシック」という手術が普及しているが、一度削った角膜は元に戻らない。その点、オルソケラトロジーは効果が一日程度しか続かないため毎晩レンズを入れる必要があるが、使用をやめれば角膜は元に戻るので安心だ。

◉

吉野眼科クリニック（東京都台東区）の吉野健一院長によると、オルソケラトロジーのレンズは普通のコンタクトレンズに比べ、中央のカーブが緩く平面に近い形状。目に入れた時、角膜の中央部に圧力が加わるように設計されている。

「矯正後の角膜の形の変化は目で見ても全く分からない程度と同院長。角膜の厚さは約〇・五㍉で、表面を厚さ約〇・〇五㍉の上皮細胞層が覆っている。角膜の屈折力は水晶体の二倍もあり、薄い上皮細胞層をわずかにへこませるだけで焦点を正常な位置に矯正できるという。

角膜の形は人によってかなり異なる。このため角膜のカーブを専用装置で計測し、レンズを実際に目に入れて寝てもらうなど、何度も検査を繰り返しながらその人に適したレンズを選んでいく。

効果は個人差が大きく、強い近視の場合は効果が出にくい。同クリニックで矯正した六十六例の分析では、中等度までの近視ならば一、二週間で約七割が視力〇・八以上に回復した。

◉

オルソケラトロジーは一九六〇年代に米国で開発された。第一世代のレンズは「はっきり言って使い物にならなかった」（同院長）が、九〇年代に酸素透過性や形状が改良された第三世代のレンズが登場し、臨床応用が可能になった。

米国では二〇〇二年以降、数社のレンズが夜間装着用として米食品医薬品局（FDA）の承認を取得。欧米のほか韓国、中国、台湾などの東アジアで普及してきた。

だが国内では現在臨床試験の最中で、医師が個人輸入で処方している状態。保険も認められていないため費用も十五万―三十万円程度と高額だ。

同院長によると、眼科が専門でない医師が取り扱い、角膜感染症などを起こす例もある。また証明されていない近視の進行抑制効果をうたい、子供に処方するクリニックもあるという。

「適切に行えば効果が大きいが、レンズ選びが普通のハードレンズより難しいと吉野院長。「トラブル防止には、講習を受けた眼科専門医でないと処方できないようするなど、ハードルを設ける必要があるかもしれない」としている。

オルソケラトロジーとレーシックの比較

	オルソケラトロジー	レーシック
方法	就寝時にコンタクトレンズ装着	手術
矯正の仕組み	角膜を変形させる	角膜の一部を削り取る
角膜の変化	やめれば元に戻る	元には戻らない
年齢制限	なし※	20歳以上
矯正可能な視力	中等度の近視まで	高度な近視も可能
効果が安定するまでの期間	1週間～1カ月	1週間以内

※小児はレンズ管理に問題も

例年になく寒い今シーズン

「霜焼け」急増注意報!?

手足の指や耳たぶなどが膨らみ、痛がゆくなって、ひどいときは紫色に―。多くの人がかかった冬の病気の霜焼けも、最近は暖冬や生活習慣の変化からあまり見られなくなった。ところが、今冬は例年にない寒さのために、霜焼けになって皮膚科の病院に駆け込む人が増えている。

慶応大名誉教授で、左門町皮膚科医院（東京都新宿区）の西川武二院長は、「一日に三、四人の霜焼けの患者を診ることがあるが、ほとんどがそれに気付いていなかった。霜焼けを見たことのない若い親や医師も多いのではないか」と苦笑する。

来院した人の中には、よく分からないまま放置して炎症に近い症状になっているケースもあったまた肌の弱い子供、水仕事の多い主婦に多いとされていたが、ミニスカートで露出したひざやふくらはぎが霜焼けになる若い女性もいるという。

古くから知られている病気ではあるが、はっきりとした原因はいまだに分かっていない。「血行が悪くなって起きる病気なので、マッサージをして塗り薬を使っていれば治る。予防には、ビタミンの多い果物を取って、皮膚をできるだけ露出させないことのほか、乾布摩擦などで末梢（まっしょう）血管に刺激を与えていればいい」と、西川院長はアドバイスする。

薬局で治療薬を買い求める人も増えている。大手霜焼け用薬品メーカーのユースキン製薬（川崎市）は、今冬の霜焼け、あかぎれ用の塗り薬の出荷を昨冬比20％増と想定していたが、50％以上になる見込みだ。窪田理恵子マーケティング室長も、「薬局などで相談して初めて霜焼けと気付いている。

献立のヒント

ホウレンソウのピーナツあえ

4人分でホウレンソウ300㌘、玉ネギ100㌘、白ゴマ大さじ1と½、ピーナツ50㌘、ナンプラー大さじ1と½（またはしょうゆ大さじ2）を用意します。

ホウレンソウはたっぷりの熱湯で塩ゆでし、冷水に取ります。ざるに上げ、しぼってから3㌢長さに切ります。もう一つネギはみじん切りにしてフライパンを熱し、茶色になるまで炒めます。ゴマで空いり。ピーナツは粗みじん切りにします。ホウレンソウをほぐしてネギ、ピーナツ、ナンプラー、ゴマを加えてあえます。付け、まぜ込んで味を調えます。