

コンタクトレンズ

都留市立病院 眼科 高橋 博

コンタクトレンズ(以下CL)が我が国に導入されておよそ四十年が経つといわれています。この間に素材の開発が進み種類も増え、装用人口も増加しています。そもそもCLは眼の表面の角膜の上にのせますが、その間に涙が潤滑油として存在しています。そして涙には角膜に酸素や栄養分を供給したり細菌の侵入を防いだり異物を洗い流す作用があり、CLとの関係は重要です。CLは本来医療用具であり眼科医の指導のもとで正しく使用されなければなりません。残念ながら誤った使用の結果トラブルを抱えて眼科受診する人も少なくありません。今回は現在CLを使用している方、もしくはこれから使用を考えている方に知っておいてもらいたいことを述べたいと思います。

1 眼鏡との違い

CLを希望する大半の方が美容的な理由、つまり眼鏡でも十分な視力がでていても眼鏡が嫌だ、煩わしいという理由から希望されます。十〜三十歳代の軽い近視や乱視の人たちにもその傾向がみられます。それ以外にも激しいスポーツをする人は眼鏡では邪魔になるため、CLがよい場合があります。また近視や乱視の度数が強い人は眼鏡による矯正では像

のCLに利点、欠点があります。

①HCL

HCLの最も優れている点は視力矯正能が良いことです。特に乱視が強い場合や円錐角膜といった角膜の形状に異常がある場合にはHCLが最もよい適応となります。また仮に眼にゴミが入ったり、傷をつけるようなことがあっても、異物感を強く感じるためレンズを早めにはずすことができ、傷の悪化は少ない傾向にあります。その一方でレンズの素材が硬く、まばたきの際に眼の表面を動く距離が大きいため、装用感はいまよりよくありません。特に初めて着用したときは異物感が強く涙が止まらないこともあります。大部分の人は慣れてくるにつれ改善します。中にはどうしても耐えられずに中止せざるを得ないときもあり、その時は他のレンズへの変更が必要となります。

②SCL

SCLの優れている点は装用感が良くずれ難いことです。素材も柔らかく角膜全体を覆い、まばたきの際の移動距離も小さいためです。前述したように体を激しく動かすスポーツ選手などにはSCLが良い適応となります。けれども乱視矯正能はHCLに比べると落ちます。そして角膜に傷がついたり細菌などが感染している場合CL下の涙の交換が悪く、自覚症状が少ないため発見が遅れ、治療に時間がかかったり視力障害を残すこともあります。またしばらく使用しているとレンズを装用したと

きに眼のかゆみや異物感が出現することがあります。これは素材の性質

上汚れがレンズに付着しやすく、アレルギー反応が生じやすいためと考えられています。汚れが付着するとレンズの性能が落ちます。点眼薬の防腐剤も付着しやすいため使用できる点眼薬にも制限があります。従ってドライアイやアレルギー性結膜炎のある人にはあまり勧められません。またははずした後煮沸消毒が必要となり取り扱いの面で面倒に感じるかもしれません。

③ディスプレイソフトCL

現在発売されているディスプレイソフトCLは全てソフト系レンズです。この中にもいくつかの種類があります。例えば一週間連続装用のレンズは一週間とりはずさずいられますので、ケアの必要がありません。起きてすぐ見える必要がある職業の人などに適しています。また毎日交換のレンズは毎日新しいレンズをつけることになりケアの必要が無く、ドライアイやアレルギー性結膜炎がある人にも比較的適しています。他にも毎日とりはずして消毒を行いながら二週間新しいレンズと交換する頻回交換レンズがあります。

いずれもレンズの使用期間が短く汚れが少ないうちに交換ができ、紛失したときにもすぐ別のレンズを使用できるのが良い点ですが、決められた期間以上装用したり、一度はずした連続装用のレンズを再び使うとやはりトラブルを起こすことがあります。また頻回に交換するため金銭的

にも少し負担が大きくなります。

今回述べたことが皆さんのCLに対するイメージを見直すきっかけになれば幸いです。自分にどのCLが最も適しているかは眼科医と相談して決めてください。現在使っている方も定期的に受診して自分の眼、CLの状態を知っておいてください。

質問コーナー

Q：CLの寿命は？

A：HCLは以前は酸素透過性が悪かった分汚れはつきにくく、五・六年もしくはそれ以上使っても平気だったのですが、現在使われている酸素透過性の良い素材になってから汚れがつきやすく、およそ二・三年くらいといわれています。またSCLは一・二年ですが、アレルギー性結膜炎のある人はさらに短くなるといわれています。

Q：レンズ装用中に居眠りしても大丈夫か？
A：居眠りをして問題になるのは涙液の減少、酸素不足、レンズの固着です。レンズの種類によっては角膜に傷がついたり浮腫を起し、痛み、視力低下を来します。気をつけてください。

Q：眼鏡は嫌なのでCLだけ作りたいが……
A：方が一トラブルの際はまずCLの装用をしばらく中止し、点眼薬の様子を見ます。またその後装用時間を短くしなければならぬこともあります。やはり眼鏡も用意しておいた方が望ましいと思います。