

もりした眼科クリニック通信



発行日：令和 7 年 10 月

もりした眼科クリニック

高松市松縄町 1140-9

TEL:087-865-6633

10 月 10 日は「目の愛護デー」です！

みなさん、こんにちは！朝晩は涼しく、すっかり秋らしくなってきましたね。毎年 10 月 10 日は「目の愛護デー」で、失明の予防と目の健康を考える日です。数字の「1010」を横にすると、目と眉毛の形に見えることが由来となっています。目の愛護デーには、目の病気の早期発見・治療を促し、目の健康づくりを呼びかけるイベントが各地で行われています。目の健康を考えるうえで知ってもらいたいのが「アイフレイル」についてです！

アイフレイルとは・・・？

フレイルとは脆弱・老衰、つまりアイフレイルは目の老衰です。健康な目と高度な視機能障害との間の状態がアイフレイルです。老衰といわれると、加齢によるものだから仕方がないと思いがちですが、正しい知識と適切な予防・治療で進行を遅らせたり、症状を緩和させたりすることが期待できます。歳のせいと諦めず、目の健康寿命を延ばすことが大切です！

アイフレイルの対策

対策として大切なことは、**①定期検査 ②継続治療 ③セルフチェック** です。



現在は治せる病気が増えていますが、目に症状があっても眼科を受診しない人が多いようです。

中途失明の原因第 1 位である緑内障は、40 歳以上の 20 人に 1 人、70 歳以上では 10 人に 1 人いますが、約 90%の人は未発見といわれています。目のかゆみや痛みで眼科を受診した際に、緑内障が発見されることがあるのです。また、病気が見つければ治療を継続することが大切です。症状が進行するまで自覚症状がない緑内障の場合、点眼治療を続けていても大きな変化がないため治療を中断してしまう人がいたり、定期的に経過をみていくことが大切な病気なのにしばらく受診をしなくなってしまうことがあります。

若いときよりも！！

40 代から視機能障害の人数は増えていくといわれています。なにか症状がなくても、セルフチェックや定期検査を行い、病気が見つければ治療を継続することが若いときよりも大切です。症状があれば、若いときよりも早期に受診しましょう！アイフレイルのサイトでセルフチェックができるので確認してみてくださいね。

【10 月の診察に関してお知らせ】

2 日(木)・3 日(金)・16 日(木)・23 日(木)・24 日(金)の午前中と**9 日(木)**は院長と非常勤医師の 2 名で診察をします。9 日は院長が学校検診に行くため午後の院長診察は 16 時からとなります。



編集者より

すっかり暑さも落ち着き、秋らしいと感じる日が増えてきました。秋の楽しみは、さつまいもやかぼちゃ、栗のスイーツです。特にさつまいものお菓子が好きで、スーパーで見かけるとつい買ってしまいますが、たくさん種類があって選びきれません。毎年あっというまに過ぎてしまう秋を楽しみたいです。

院長より

やっと朝夕過ごしやすくなって来ましたが、皆様お変わりございませんでしょうか。ついに私も先月、関西万博に行つて参りました。とても多くの人で賑わっており、ガイドして下さった方のおかげで、楽しい時間を過ごすことができました。いのちをテーマにした万博でしたが、私たちも、診療を通じて、眼のいのちを守っていききたい気持ちを再確認いたしました。まだまだ至らぬところもございますが、どうかこれからもよろしくお願いいたします。

