



健康テラス



長与よこた眼科
横田 怜二 先生

正常眼圧緑内障



緑内障は現在でも日本の主な失明原因であり、日本の疫学調査では40歳以上の有病率は5%、つまり20人に1人です。「眼圧が高い」ことで視神経が障害され視野が狭くなる病気と思われがちですが、日本では欧米とは大きく異なります。

眼の中を循環する房水ぼうすいと呼ばれる水があり、緑内障の分類は房水の排出口となる隅角ぐうかくが広い開放隅角緑内障、隅角が狭いことで眼圧が高くなる閉塞隅角緑内障、その他の病気が原因で起こる続発緑内障があります。また開放隅角緑内障の中に眼圧が正常にも関わらず緑内障となっている正常眼圧緑内障が含まれます。

日本人の正常眼圧は10~21mmHg(水銀柱)と言われていますが、その疫学調査で緑内障のあ

る人のうち開放隅角緑内障であった割合は約8割と大部分を占め、さらにその中で正常眼圧緑内障の人は9割を占めています。日本人の緑内障の多くは正常の眼圧ということです。また疫学調査で正常眼圧緑内障と診断された人のうち95%は未治療、つまり緑内障であるのに、そのことを知らずに生活していたということです。

緑内障は現在治すことができない不可逆性の病気ですが、進行を抑制するために眼圧を下げるのが一番重要な治療となります。まずは点眼治療を行い、効果が乏しければレーザー治療や手術となります。早期発見・早期治療が快適な生活を長く保つ秘訣となりますので、40才以上の方は緑内障の検査を受けることをお勧めします。

かい介GOの部屋

～介護保険ってなに？～

今月号から新しく「始まり、始まり～！」となるコーナーです。できるだけわかりやすく、介護保険の制度や町が行っている取組みについて説明していきたいと思っていますので、どうぞよろしくお願いいたします。

第1回目となる今回は、「介護保険制度」についてです。みなさん、公的な保険(国民の義務として加入するもの)と言えば、健康保険を思い浮かべる方が多いのではないのでしょうか。健康保険は、病気やケガによる医療費の負担を実際にかかる金額に対して(3割など)軽減するものです。

一方で介護保険は、実際に介護を受けなければならない状態となった時に給付(サービス利用料の軽減)を受ける制度です。利用は主に高齢者ですが、若い人も含めた社会全体で支えようという仕組みになっています。

この介護保険制度は2000年に整備されましたが、その背景には高齢化社会が進み、国の社会保障費の急増が見込まれ、より費用がかかる施設介護から比較して費用負担が少ない在宅介護に移行したことがあります。そして、女性の社会進出も進む中、在宅介護を可能とするために、利用者が自宅にしながら介護を受けられるサービス(デイサービス、ホームヘルパー、訪問看護など)が対象とさ



れました。もちろん、施設に入居するサービスも対象となっています。

最後に、介護保険法の理念となる第4条をご紹介します。

介護保険法第4条「国民は、自ら要介護状態となることを予防するため、加齢に伴って生ずる心身の変化を自覚して常に健康の保持増進に努めるとともに要介護状態となった場合においても、進んでリハビリテーションその他の適切な保険医療サービス及び福祉サービスを利用することにより、その有する能力の維持向上に努めるものとする。」

それでは、来月以降は法にも記されている「健康の保持増進に努める」ための具体的な町の取り組みも含めてご紹介していきます。お楽しみに！