

片桐眼科通信 vol.3

2012.4月発行
発行元：片桐眼科クリニック
発行人：院長 片桐喜彰

春本番です！入学、進学、就職おめでとうございます

こんにちは。遅かった春の訪れで、今年はずっと入学式の頃に桜が満開でしたね。新たな環境で、希望に満ちた、そしてちょっぴり不安げな新生や新社会人には思わず「頑張れ！」と声をかけたくります。

年度が変わるとまず行われるのが「健康診断」です。眼科では、学校でおなじみの視力検査から、成人検診では眼圧や眼底検査も行われます。そこでよく指摘されるのが「視力低下」と「緑内障の疑い」です。いずれも放置していると取り返しのつかなくなることがありますので、検診で何か指摘を受けたらまずにご相談ください。

さて、今号の特集は、世紀の天体ショー「金環日食」を安全に観察しよう！です。

眼科検査マメ知識：「視野検査」編

Q:眼科検診で「緑内障の疑い」と言われました。どうしたらよいですか？

A:緑内障は「視野」に異常が出る病気です。必ず眼科で視野検査を受けましょう。

Q:別に視野は狭くなっていないと思うのですが・・・？

A:緑内障では「視野狭窄(きょうさく)」ではなく「視野欠損：一部が欠ける」が起きます。初期の視野欠損は自覚症状に乏しく、気づきにくいのです。

Q:どのように測るの？

A:特殊な機械を使い、視界の中に一瞬現れる小さな光が見えたらボタンを押す、というゲームのような検査です。測定時間は片目7～8分です。

Q:緑内障以外でも視野に異常が出る場合がありますか？

視神経や網膜に病気があると視野にも異常が出てきます。また、脳梗塞や脳腫瘍など頭の病気でも影響が出る場合があります。

スギ花粉症の後の花粉症にもご注意を！

花粉症の方には憎きスギ花粉の時期ももうすぐ終わろうとしています。しかしまだ油断は禁物です。下の表のように、この時期にもアレルギーを起こす花粉を出す植物はこんなにあります。特にヒノキは、スギ花粉症の方の7割がアレルギー陽性と言われていています。

	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
スギ(スギ科)												
ヒノキ、ネズ(ヒノキ科)												
シラカバ オオバヤシャブシ(カバニキ科)												
コナラ、クリ(ブナ科)												
イチヨウ(イチヨウ科)												
ケヤキ(ニレ科)												
アカマツ(マツ科)												
オリーブ(モクセイ科)												

また、夏～秋は、カモガヤ、ヨモギ、ブタクサなどの雑草類の花粉アレルギーが出やすくなります。スギ、ヒノキなどの背の高い樹木と比べ飛散する範囲は生えている周囲に限られるのが特徴です。当院ではそれらの植物に対するアレルギー検査が可能です。指先から痛くない方法で少量採血するだけです。お子様も安心して受けていただけます。症状の気になる方はお気軽にご相談ください。

当院のホームページにも詳しい情報がありますのでどうぞご覧ください ⇒ <http://www.k-eye.jp/ketsumakuen/>

裏面は金環日食特集です⇒

今月の特集:「“金環日食”を安全に観察しよう！」

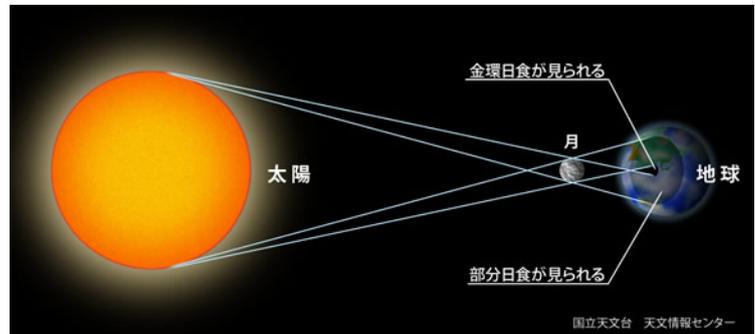
平成24年5月21日の朝、太陽の真ん中が月で隠されて起きるリング状の太陽「金環日食」が観察できます。横浜で次回見られるのは何と300年後。見逃せない世紀の天体ショーを安全に観察しよう！

「日食」とは 月が太陽の前を横切るために、月によって太陽の一部、または全部がかくされる現象です。

太陽の一部だけが月に隠されるときには「部分日食」と呼ばれます。全部隠されるときには「皆既日食」と呼ばれます。

また、太陽のほうが月より大きく見えるために月のまわりから太陽がはみ出して見えるときには「金環日食」と呼ばれます。

今回は九州から関東にかけての地域でこの「金環日食」が見られます。



① こんな観察は絶対にダメ！

太陽の強い光で、目の中の網膜が焼けてしまうと、最悪の場合「失明」してしまいます

- ・太陽を直接見る×
ごく短時間でも網膜が焼けてしまいます
- ・望遠鏡や双眼鏡で見る×
太陽の光を集めてしまうので、虫眼鏡で黒い紙を焼くのと同等で、最も危険です。
- ・色のついた下敷きで見る×
誰でも持っている小学生には一番手軽な方法ですが、強い太陽光を十分に弱められません。日食観察専用のものなら安全です。
- ・ススのついたガラスで見る×
我々が子供のころはこう教わりましたが、光の遮断が不十分なのだそうです。お父さんからお子さんに誤って教えないようにしてください。
- ・サングラスやゴーグルを使う×
カットできるのは紫外線のみで、網膜に影響する光の波長は遮断できません。



② こうすれば安全です！

- ・フィルターを使って見る ○
「観察プレート」「日食グラス」「観望用フィルター」など、市販のものを使いましょう。
注意：双眼鏡や望遠鏡は一緒に使わないでください
また、長い時間続けて観察しないようにしましょう。



- ・ピンホールを使って見る ○
光を通さない厚紙などに小さな穴をあけて、光にかざします(のぞくものではありません)。穴を通った光は、厚紙の影の中に欠けている太陽と同じ形で写ります。木洩れ日の影でも同じものが観察できます。

- ・鏡を使う ○
手鏡で太陽の光を反射させ、距離の離れた壁などに映すと、光は欠けている太陽と同じ形になります。
注意：人の顔や目に照らさないでください

③ その他の注意点

- ・お子さんは必ず大人と一緒に観察しましょう
- ・日食の時間はちょうど登校時間です。日食グラスをかけたまま歩いたり、道路の途中での観察や急に立ち止まるのは大変危険です。必ず安全な場所で観察しましょう。

これらの情報は国立天文台のこちらのサイトを参考にしています。
詳細は⇒ <http://naojcamp.mtk.nao.ac.jp/phenomena/20120521/>