

コンタクトレンズ [CL]

正しく使って安全・快適



ウエダ眼科院長
植田 喜一氏

うえだ・きいち 1992年下関市にウエダ眼科開院。医学博士。山口大学医学部臨床教授、日本コンタクトレンズ学会常任理事、日本コンタクトレンズ協議会理事。コンタクトレンズの諸問題に関わり眼障害防止の啓発に取り組む。

多くの人が使うようになったコンタクトレンズ(CL)。手軽に買えて普及する一方で、中には品質の良くない製品があり、重篤な眼障害を招くトラブルが増えています。眼科医の処方・指導を受けず、安易に使うのは危険と訴える日本コンタクトレンズ学会常任理事で山口大学医学部臨床教授の植田喜一氏(山口県下関市、ウエダ眼科院長)に、CLの安全で適切な装用について伺いました。

CLは高度管理医療機器 眼科医の診察が大切

——まずコンタクトレンズ(CL)について知っておきたい基礎知識は?

植田 CLは主として近視、遠視、乱視など屈折異常や老眼(老視)を矯正しますが、眼にとつては表面に直接触れる「異物」です。CLは適切に管理しないと重篤な障害が生じる恐れがあるため、薬事法では高度管理医療機器に指定されています。安全かつ、快適にCLを装用するためには、眼科を受診して、CLのメリットとデメリットの説明を受け、種々の検査により適切なCLを選択してもらい、眼表面でのCLの安定性や瞬きによる動きなどをチェックするフィッティング検査も受ける必要があります。眼に病気があれば装用できない場合があります。眼科医による処方や装用方法についての説明を受けずに安易に眼にCLを入れ、さらにケアを怠り、定期検査も受けずに使うと、失明にもつながる眼障害が生じる危険性があることを認識してください。

増えているカラーCLによる 眼障害失明の恐れも

——どのようなトラブルや障害が多いのですか?

植田 最近では若い女性に人気のカラーCLによるトラブルが目立ちます。視力の改善を求めない「度なしCL」は雑貨品扱いでしたが、厚生労働省は2009年、度なしCLも高度管理医療機器としました。国民生活センターや製品評価技術基盤機構(NITE)によるカラーCLの調査で問題となった不良品がなくなり、眼障害が減ると期待されましたが、カラーCLの装用者が急増して健康被害も増えています。

日本コンタクトレンズ学会が、2012年7月から9月までに実施したカラーCLによる眼障害調査では395例の報告がありました。大半がソフトコンタクトレンズ(SCL)の装用者で、患者は15歳から29歳までが86.5%を占めました。10歳から14歳までの低年齢層を含めて半分近くが未成年でした。主な障害は、黒目(角膜)の表面に傷がつく「点状表層角膜症」、白目(結膜)に生

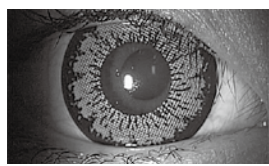
じる「アレルギー性結膜炎」、上まぶたの裏の結膜に大きなブツブツができる「巨大乳頭結膜炎」、角膜の周囲の結膜が赤くなる「毛様充血」などで、角膜に白い濁りができる「角膜浸潤」や、角膜表面の傷が進行した「角膜潰瘍」などの、失明につながる恐れがある患者もいました。

おしゃれ用に安易な装用は 危険 市場に不良品

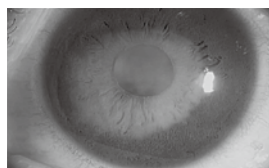
——装用者の使い方や製品の品質に問題がありますね。

植田 障害395例の80%は、購入時に眼科を受診しておらず、装用後の定期検査も受けていませんでした。消毒やこすり洗いといったレンズの正しいケアをしていなかった人も36%に上りました。調査結果からは中学生や高校生を含む若者が、友達やインターネットからの情報だけで通信販売やデイスカウトショップ、雑貨店などで購入したため、正しい取り扱いやレンズケアの方法を知らないで使っているという実態が浮かびました。とくに度なしカラーCL使用者の中には医療機器ではなく単なるおしゃれ用ツールとして装用しようとする人が多く、コンプライアンスに問題のある場合があります。

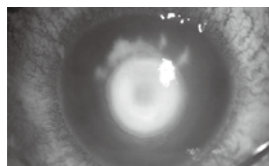
一方、カラーCLそのものに問題のある場合があります。酸素透過性の低いレンズは、長時間装用すると角膜が酸素不足を起こし、種々の眼障害を生じます。今回の調査で確認された症例では、CL素材が判明した127例のうち97例が酸素透過性の低いタイプでした。品質改良が進んだ現在では、透明なSCLのほとんどは十分に酸素を透過する製品が使用されていますが、カラーSCLでは以前の酸素透過性の低いものが多く販売されています。さらに「デカ目」などと宣伝されているサイズの大きいカラーSCLは眼表面に固着しやすいものが多いため眼障害が生じやすいです。「デカ目」などにあがれ、安易に使うのはとても危険です。色



カラーコンタクトレンズ



酸素不足による角膜障害
(角膜中央部に横楕円形の障害)



角膜潰瘍
(提供:山口大学 柳井亮二先生)

CLによるトラブル防止のポイント

- ① 眼科受診、十分な説明
- ② 正しいCL使用とレンズケア
- ③ 眼鏡との併用
- ④ 異常を自覚 ▶ 眼科受診
- ⑤ 定期検査

CLケアの注意点

- ① 手指の十分な洗浄
- ② 説明書(添付書)の取り扱い遵守
- ③ CLのこすり洗いと消毒
- ④ 洗浄・消毒効果の高い製品の使用
- ⑤ レンズケースを清潔に保管、定期的に交換

素が落ちやすいなどカラーSCLの着色に問題のある場合もあります。着色部分が目立つと、凹凸によって角膜が傷つくことがあります。軽くこすっただけで色素が落ちる製品も報告されています。

目立つ誤使用やケア不良 定期検査の遵守

——購入・装用する際は何に気をつけたらいいですか。

植田 日本では処方せんがなくてもCLを購入できます。そのため眼に合っていないカラーCLを使用したり、誤った使用をしている人も多いようです。眼科医による説明を理解し、処方を受けて、信頼のおける販売店から購入することが大事です。

レンズケア(洗浄と消毒)が不適切だと、レンズやレンズケースに細菌やカビが繁殖して、それらが角膜に侵入して感染症を生じます。手指を石けんできれいに洗うこと、CLをしっかりとこすり洗うこと、レンズケースもきれいに3か月以内に交換することなどを守っていただきたいです。ケア用品は製品によって洗浄・消毒効果が異なるので、低価格で簡便なものを求めるのではなく、効

果的で安全なものを使用してほしいです。CLとケア用品には取り扱い説明書(添付書)が付いているのでよく目を通してください。

CLは起きている間ずっと使用するものではありません。入浴前にはCLを外して眼鏡を使用しましょう。調子の悪い時はすぐにCLを外しましょう。症状が改善しなければ眼科を受診してください。調子が良いと思っても眼科医が検査すると異常所見を認めることがあります。眼科医の指示通りの定期検査を受けてください。

高齢化に対応 遠近両用 CLで豊かな視環境

——老眼用の遠近両用コンタクトレンズにも関心が高まっていますね。

植田 若い頃からCLを使っていた人は加齢に伴って近くが見えにくくなる場合があります。CL使用者が老眼になった場合、近くを見る場合にはCLの上から眼鏡を併用するなど検討しますが、性能のよい遠近両用CLが次々と発売されているので、適切な遠近両用CLを使用すれば満足できる環境が整ってきているといえるでしょう。使用目的にあった遠近両用CLを選択する必要があるため、専門的な知識と技術のある眼科医の検査を受け、指示に従って装用を開始するとよいでしょう。