

# 目のかすみは、ありませんか？

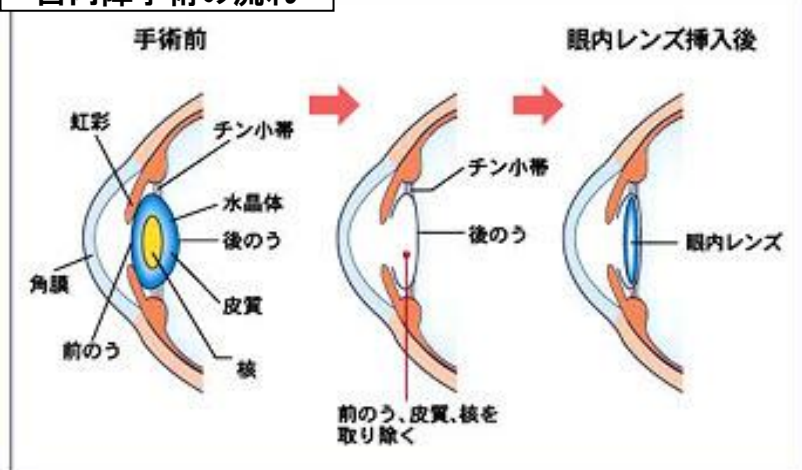
## 白内障について

### ● 白内障の手術 ●

### 日帰り手術も可能です

入院なしの**日帰り手術が可能**です。しかし、**術後の安静**と**通院加療**が必要なため、心配な方や遠方の方には入院加療をお勧めしております。

#### 白内障手術の流れ



回復の早い人なら手術翌日から視力改善が体感できますが、目の状態が安定するまでは十分な安静と点眼などの加療が必要です。

視力回復の早さも個人差がありますが、お仕事をされている方には手術後の約1週間は仕事を休むようにお勧めしています。手術後は約2~3ヶ月は点眼が必要です。

**手術費用は、健康保険の1割負担で、片眼が日帰り14,600円です。(別途手術前検査や目薬代が必要です)**

### ● 手術の時期は？ ●

白内障の手術の時期は、昔は「目がかすんでほとんど見えなくなってから」というのが基準でした。

現在では手術の安全性、確実性が進歩したため、「職業、日常生活に支障を感じたら」行うようになってきました。したがって、手術時期の判断にはそれぞれの人の職業などを考慮してきめます。細かい作業や車の運転に支障を感じようであれば、かなり早い時期に手術を行うこともあります。

### ● 早く発見するために ●

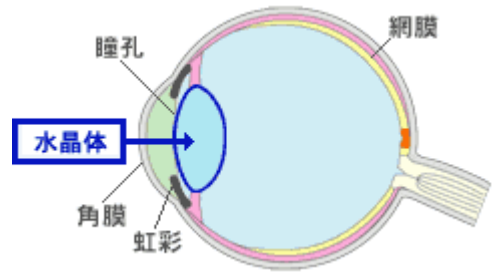
加齢(老化)現象だと自己判断しないで、「物が見えづらい」など何か症状が現れたときには早めに眼科を受診しましょう。また、眼科で定期的に眼の検査を受けることも大切です。

いつから？  
どんな症状が？  
生活に支障をきたしていることは？

## ● 白内障とは？ ●

眼球の中でレンズの働きをしている水晶体が白く濁り、網膜に像をうまく運べなくなり視力が低下する病気です。

白内障になるとピントが合っているのに、ものがかすんで見えたりします。目の痛みや充血はありませんが、濁りが進行すると視力が低下し、生活に支障が出てきたら、手術で人工の眼内レンズを入れます。



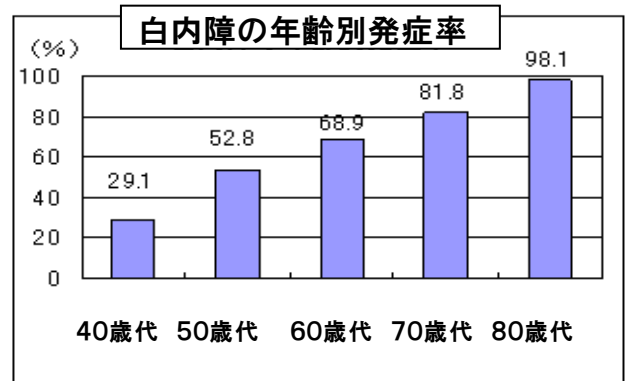
## ● 症状は？ ●

- ものがかすんで見える
- 明るいところで、眩しくて見づらい
- ものが二重に見える
- 目の前がチラチラする

進行すると、視力の低下を招きます

## ● おもな原因は？ ●

- 加齢に伴う、老人性白内障
- 目の外傷や糖尿病等の病気が原因
- ステロイド系の薬による副作用
- 先天性の白内障



## ● 目に優しい生活習慣改善アドバイス ●

- ☆ 強い日差しには当たらない。日差しの強い日はサングラスをかける。
- ☆ ビタミンB・Cを豊富に含む野菜等を積極的に摂る。
- ☆ 食生活や運動習慣、喫煙などの生活のリズムを見直し、健康な体をつくる。

### ☆ 白内障を防ぐと言われる食品 ☆

ビタミンE 大豆、玄米、植物油、ごま、うなぎなど  
ビタミンB2 のり、レバー、納豆、鶏卵、いわしなど

お問い合わせ 米の山病院 眼科 0944-51-3311