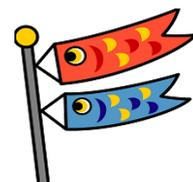




加地薬局かわら版

2014年5月



👑 ドライアイ

涙は目の表面を覆い、目を守る役割をしています。

ドライアイとは、様々な要因により涙の量の不足や、質（成分）の変化、また目の表面（上皮細胞）が乾燥し、傷ついて目の不快感や視機能異常を伴う慢性疾患のことを言います。

患者数は年々増加し、2000万人以上とも言われています。

- ① 涙の量の不足・・・涙の分泌が少ない状態
- ② 涙の質の変化・・・涙にはムチンと呼ばれる粘液成分が含まれています。この成分が少ないと、涙が目の表面にとどまりにくく、乾燥しやすくなります。
- ③ 上皮細胞・・・アレルギー性結膜炎などで上皮細胞が傷むとムチン（粘液成分）の分泌や発現が低下し、目の表面に涙が安定してのらない状態になりドライアイになります。

👑 ドライアイの症状

目がゴロゴロする、目の痛み、視界がかすむ、目の乾き、視力の低下、10秒間以上目をあけてられない、など

原因・・・住環境、仕事環境の乾燥など

- ★まばたき回数の減少・目の酷使・・・長時間の読書・パソコン・テレビゲームなど
- ★空気の乾燥・・・エアコンの使用、パソコン・テレビの位置（目線より上にあると目を大きく開くことになり、乾燥しやすい）、コンタクトレンズの使用
- ★年齢・病気・薬・身体的疲労の影響（シェンゲイン症候群、膠原病、リウマチなど）

予防・・・目の乾燥を防ぎましょう。

- ★長時間のデスクワークを避ける。
1-2時間おきに目の休息を心掛けましょう。（リラックス時には副交感神経が作用して涙が出やすくなります。）
- ★加湿器などで湿度を保つ。
- ★パソコンのモニターは日光や室内照明の映り込みを避けた明るい場所、目の位置より下に置き、伏し目がちに画面を見るようにしましょう。
- ★意識してまばたきをする。
- ★寝転がってテレビを見ない。（見上げると目に負担をかけることに・・・）



ドライアイは涙の量の減少だけでなく、質の変化によっても起こる病気です。市販の目薬で水分を補うだけでは十分ではないこともあります。

目の異物感や目の疲れ、見えにくさを感じたら、眼科を受診するようにしましょう。

👑 目薬の点眼時の注意

一度開封した目薬は、長い間放置したりせずできるだけ早めに使い切りましょう。

（古い目薬を使って細菌感染などの病気を引き起こすと大変です。）

👜 防腐剤の入っていない目薬『ソフトサンティア』



ソフトサンティアは、防腐剤が添加されていない涙に近い性質をもった人工涙液で、涙液不足に伴う目のかわき（ドライアイ）・異物感などの不快な症状を改善します。

防腐剤無添加なので、すべてのタイプのコンタクトレンズを装着したまま点眼することができます。コンタクトレンズ着用時の不快感、目の疲れ、目のかすみ、目のかわきなどの諸症状を改善します。目にしみない、優しいさし心地です。

