



つばさだより

No.254

2016年1月



つばさ薬局 多賀城店	☎022(366)8001	吉川店	☎0229(22)7010
長町店	☎022(308)5711	泉店	☎022(772)1571
船岡店	☎0224(58)1065	若林店	☎022(289)8777
中新田店	☎0229(64)1888	松陽台店	☎022(361)9444
松島店	☎022(353)2990	とことろ店	☎0229(31)2550
玉川店	☎022(365)2838		

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

皆様には、日頃つばさ薬局をご利用いただき、職員一同心から御礼申し上げます。

昨年は、戦後70年の節目の年でしたが、9月には多くの国民が反対する中で安全保障関連法案が国会で強行採決され成立しました。沖縄の基地問題や全世界で起きているテロ行為等、悲しい出来事が多い年でした。また、社会保障も大きく削減されてきており、「下流老人」という言葉が生まれるなど、生存権、健康権が脅かされる事態が進んでいます。私たちは、地域の方々の命、健康、暮らしを守るために、今年も地域の方と社会保障の充実と平和を求めて運動していきたいと思えます。

昨年は、病院の前の薬局が患者様の服薬管理について十分な役割を果たしていないと問題となりました。つばさ薬局は開局以来20年間地域の皆様健康を守るため活動してきました。患者様一人一人に安全で有効な薬物療法が行われるように薬を調剤し服薬の説明を行ってきました。在宅患者様への在宅訪問も継続して行っています。今後も地域の皆様健康づくりに貢献できよう薬局活動の質の向上を図っていきたいと思えます。

まもなく東日本大震災から5年になりますが、まだ仮設住宅に住んでおられる方もいます。私たちは、引き続き被災者の支援に取り組んでいきたいと思えます。

本年もよろしくお願いいたします。

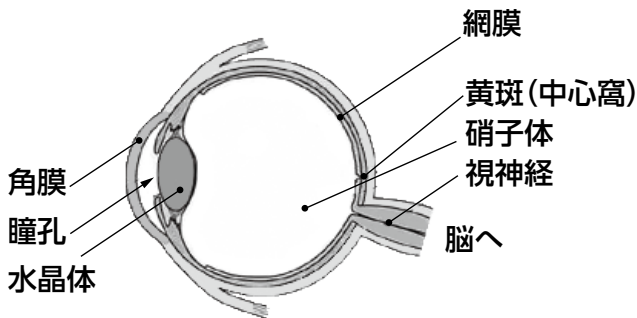
みやぎ保健企画代表取締役 金田 早苗



～加齢黄斑変性、なかなか馴染みのない言葉ですね。しかし欧米では失明率 No.1 の病気で、日本でも失明原因の第4位と決して珍しい病気ではありません。今回はこの病気についてお話をさせていただきます～

●加齢黄斑変性とは？

私たちはモノを見るときに、目の中に入ってきた光を網膜という組織で刺激として受け取り、その刺激を脳に送ります。その網膜の中心部分が黄斑であり、モノの大きさや色、距離などの情報の大半を識別しています。この組織が様々な要因でダメージを受けて変化し、視力低下や視野の欠けを引き起こす病気が加齢黄斑変性です。目の病気は年を経れば誰にでも起こる可能性がありますが、この病気になるリスクが特に高いと言われているのが50歳以上の男性です。自覚症状がなくても他の病気や加齢黄斑変性の早期発見のため定期的に眼科の受診をお勧めします。



●加齢黄斑変性の病態と初期症状

種類は大きく「萎縮型」と「滲出型」に分けられます。

「萎縮型」ではその名の通り黄斑が徐々に縮んでしまいます。原因は加齢と言われていますが詳しくはわかりません。

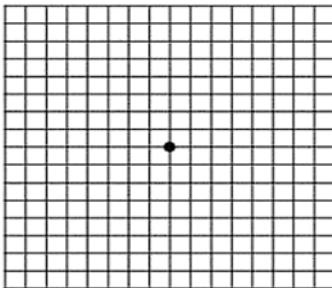
「滲出型」では網膜のすぐ下に細く壊れやすい「新生血管」ができることで、網膜を圧迫、また脆い新生血管が破れ出血を起こす事で網膜が正しく働かなくなってしまいます。

「萎縮型」の病気の進行は緩やかですが、「滲出型」は発症後、数か月～数年で視力が急に悪くなり、最悪の場合は失明に至ります。

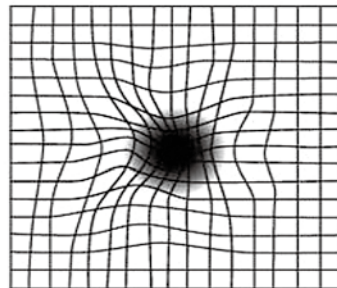
初期症状はどちらも同じで、自覚症状として視力低下の他、視界の中心が見えにくい、歪んで見える、などがあります。また、病気により片目だけ視野が欠けていても、もう片方の目で不足分の情報を補ってしまい、病気の進行に気付かない場合がありますので注意が必要です。

自宅で簡単にできる検査として、「アムスラーチャート」と呼ばれる方法があります。下図の左側の格子の真ん中の黒い点を片目ずつ見つめましょう。黒い点付近が歪む、見えない線がある場合は一度医師に相談してみると良いかもしれません。

正常な見え方



加齢黄斑変性症の場合の見え方



© Japanese Ophthalmological Society

●加齢黄斑変性の治療

「萎縮型」は現在これといった治療は行われませんが、高度の視力障害は起こりにくいです。ただし、萎縮型から滲出型へ変化

することもあるので、定期的に通院することが大切です。

「滲出型」は治療が必要です。治療法としては眼球内に存在する新生血管を作る因子を抑えるお薬で行うものの他、お薬と光の働きで網膜はそのままだに新生血管のみを攻撃する光線力学療法、病気のある部分と黄斑が離れている際に行うレーザー治療などがあります。

また、昨年iPS細胞を用いた治療が世界で初めて行われ、術後1年の経過は良好と報じられています。近い将来新たな治療法となるかもしれません。

●日常生活で注意していただきたいこと

1. **禁煙**：喫煙は加齢黄斑変性のリスクとなり得ます。
2. **サングラス・帽子の使用**：太陽光のなかの青色光によって目の細胞が酸化し傷むことが、黄斑の老化に関係すると言われてい
ます。
3. **栄養素**：ビタミンC、ビタミンE、β-カロチン、亜鉛、ルテインを適度に摂ることで効果があると言われてい
ます。ただし、成分によってはお薬や治療に影響を与えてしまうものもあります。サプリメント等を使用する際は医師や薬剤師に相談しましょう。

☆規則正しい生活を心掛けましょう☆

参考文献

- ・メルクマニュアル18版 加齢黄斑変性
- ・日本眼科学会
- ・ノバルティス 加齢変性ドットコム
- ・参天製薬 知っていますが加齢黄斑変性
- ・国立研究開発法人理化学研究所

2月の栄養相談予定 (各店10:00~12:00開催です)

- ・ 1日 (月) 古川
- ・ 3日 (水) 若林
- ・ 5日 (金) 松島
- ・ 9日 (火) 泉
- ・ 10日 (水) ことた
- ・ 15日 (月) 玉川
- ・ 17日 (水) 中新田
- ・ 19日 (金) 長町
- ・ 23日 (火) 松陽台
- ・ 25日 (木) 多賀城