

Eye Letter

2019 vol.10

ミドリンM

調節緊張の改善（健康保険適用）

近業作業などでピントをあわせる毛様体筋の緊張が続くと近視化しやすくなりますが、ミドリンMは毛様体筋を弛緩させて調節緊張を緩和する作用があります。多くの眼科施設で初期の近視化に幅広く使用されています。



マイオピン

近視進行遅延の目薬（自費診療）

成長期の近視進行の原因の一つである眼軸長（眼の奥行）の伸長を遅らせることのできる低濃度アトロピン点眼薬です。シンガポール国立大学の臨床試験で、近視抑制効果が証明されました。（Ophthalmology 2012;119(2):347-54）



価格 3,500 円(税別)

1日1回点眼

目のストレッチ体操

日常ケアによる近視進行抑制

目の体操により目の筋肉（毛様体筋・外眼筋）をストレッチすることで調節緊張を緩和します。

眼精疲労や初期の老眼にも効果があります。

上記の書籍は全国の書店で取り扱いされています。

（医新会理事長 新見浩司医師 監修）



価格 1,300 円(税別)

日常生活ワンポイント

姿勢を良くして、部屋の明るさに注意しましょう。疲れ目を防ぐためには、回復しやすい軽症のうちに休むことが一番です。

近くを見続ける作業をするときは1時間に10～15分程度の休憩をとりましょう。テレビやスマホなど画面から光を発するものはより目を疲れさせるため、画面からの距離を離すだけでなく、30分に5分程度にこまめに休憩をはさむとよいでしょう。

ロート クリアビジョン ジュニアEX

近視進行予防サプリ

眼軸長過度な伸長を抑制することで、近視の進行予防を目的とするお子様の為のサプリメントです。主成分であるクチナシ由来の色素成分「クロセチン」が臨床試験において近視抑制に関連するEGR1遺伝子の発現を高め、近視抑制を抑える可能性があることを示唆・期待されており、医療機関のみで販売しています。



価格 3,000 円(税別)

1箱1ヶ月分

日常生活ワンポイント

EGR1 遺伝子は、太陽の光に含まれる「バイオレットライト」によっても活性化されることが、慶應義塾大学の研究チームにより発見されています。

バイオレットライトを生活に取り入れてみましょう。

- 直射日光は避けて屋外へ
- 曇りの日は積極的に屋外へ
- なるべく午前中
- 屋内ではUVカット窓やカーテンを開ける



目の備え 万全ですか？

南海トラフ巨大地震（内閣府想定）
今後30年以内発生率70～80%
M9.1 死者23万人

災害時 視力は生死をも左右します

想像してみてください。

地震や津波等の災害時に、普段使用しているメガネやコンタクトレンズが無くなってしまったら。

大災害時は、視力の低下・喪失は生死に直結します。

“たかが近視”が、想像を絶する過酷な環境下においては、大きなリスクに変わります。

刻々と迫る、大地震。いつどこで、どの様な形で遭遇するかは誰にもわかりません。

近年、視力矯正の技術の進歩はめざましく、新しい治療も多く確立されています。

その瞬間に、判断し、探し、自分を守る武器となる目に対する備えを始めましょう。

——— 自分に合った視力矯正方法を知ろう! ———

良好な裸眼視力を得る為に

近年、裸眼()で見えることの重要性が注目され、視力矯正手術や特殊なコンタクトレンズ、サプリメントや目薬、セルフケアといった、実に様々な手段が確立されてきています。自分に合った視力矯正方法を見つけ、素敵な裸眼生活を始めましょう。

()メガネ・コンタクト等の視力矯正具を装着していない状態

ICL (眼内コンタクトレンズ)

中～強度近視 18歳以上 実施施設: レイ眼科クリニック



後房(虹彩と水晶体の間の空間)にインプラントする眼内レンズです。インプラントしたレンズは、必要があれば抜去することも可能で、世界75ヶ国100万眼以上がインプラントされています。ICL認定を持つ医師のみが手術することができます。乱視用レンズもあります。見え方の質が高く、手術直後から視力の改善を実感できます。ハードコンタクトレンズしか手段の無かった、強度近視の方の生活の質を改善する有効な手段です。



ハードコンタクトレンズをつけないと、仕事も生活もできないな

適応

その他詳細適応条件あり。

- ・年齢 18歳以上 45歳ぐらまで
- ・近視度数が -3D ~ -18D
- ・乱視度数が -1.0D ~ -4.0D

費用

税別/別途検査費用が必要。

乱視なし	片眼 310,000円	両眼 620,000円
乱視あり	片眼 360,000円	両眼 720,000円



▲詳細はこちら

レーシック手術

屈折異常(低～中程度) 18歳以上 実施施設: レイ眼科クリニック



角膜にレーザーを照射し、角膜の屈折力(光の曲がり具合)を微調整し近視を矯正します。近年、レーシックは厳密な適応基準のもとでおこなわれており、リスクの少ない非常に安全な手術となっています。当グループでは患者様の負担が少なく安全性が向上した最新鋭のレーシック手術システム Alcon Refractive Suite® を、レイ眼科クリニックに導入しています。



子育て中のコンタクトレンズ、なんとかならないかしら

適応

その他詳細適応条件あり。

- ・年齢 18歳以上
- ・矯正量 6D 以内

費用

税別/別途検査費用が必要。

片眼 160,000円	両眼同日 300,000円
-------------	---------------



▲詳細はこちら

多焦点眼内レンズ

白内障 実施施設: 医新会全施設



白内障手術において、近年多焦点眼内レンズと呼ばれる高機能なレンズが数多く開発され、手術後のメガネの使用頻度を大幅に減らしたり、見え方の質を良くすることが出来る様になってきました。

白内障手術をしたら、メガネをしなくても済むかしら?



▲詳細はこちら

取り扱いレンズ一覧

種類	テクニスマルチ	アクティブフォーカス	パン옵ティクス	レンジス Mplus	ミニウェル
レンズ					
構造	2焦点回折型	2焦点アボダイズ回折型	3焦点回折型	分節屈折型	累進焦点
ピント	2焦点 遠・近 (・50cm) (・42cm) (・33cm)	焦点拡張 遠～中 (・50cm)	3焦点 遠・中・近 (・60・40cm)	2焦点 遠・近 (・40cm)	焦点拡張 遠～近 (・40cm)
先進医療特約給付金	1	1	1	× 2	× 2
手術費用	片眼 40万円 非課税 (片眼 50万円 3)	片眼 40万円 非課税 (片眼 50万円 3)	片眼 55万円 非課税 (片眼 65万円 3)	片眼 50万円 税別 (片眼 60万円 3)	片眼 50万円 税別 (片眼 60万円 3)

- 1 先進医療の対象となるため、手術費用は非課税・自己負担ですが、検査・薬剤料等は健康保険適応となります。
- 2 先進医療対象外となるため、税別・全額自費診療(手術後1ヶ月の診察・検査・投薬料含む)となります。
- 3 FLACS レーザー白内障手術の場合、費用が異なります。FLACS レーザー白内障手術は新見眼科のみで行っています。

オルソケラトロジー

屈折異常(低～中程度) 10歳以上 実施施設: レイ眼科クリニック



就寝時に特殊なコンタクトレンズを装着して、寝ている間に角膜形状を矯正して近視を補正する方法です。効果を維持するためには毎晩装着することが必要ですが、未成年でも治療可能な方法です。



メガネはかけたくないけど、黒板が見えにくいなあ



適応

その他詳細適応・禁忌あり。

- ・年齢 10歳以上
- ・近視度数 -6D 以下
- ・乱視度数 1.5D 以下



▲詳細はこちら