



健康百話

～今回はたかのこみどり眼科クリニックの俊野先生にお話を伺いました。～

講師紹介

たかのこみどり
眼科クリニック

院長

俊野 敦子 先生

(としの あつこ)

医学博士・(財)日本眼科学会眼科専門医



プロフィール

愛媛大学医学部卒業、愛媛大学大学院修了
済生会松山病院眼科医長、愛媛大学医学部眼科講師、
松山市民病院眼科部長を経て、
平成21年11月たかのこみどり眼科クリニック開院

所属学会

日本眼科学会 日本眼手術学会

日本白内障屈折矯正手術学会 日本コンタクトレンズ学会

日本眼感染症学会 角膜学会



電話：089-975-0050

住所：〒790-0925

愛媛県松山市鷹子町236-1

■診療科目-----眼科

駐車場:完備

診療時間	月	火	水	木	金	土	日	祝
午 前 (9:00~12:30)	○	○	○	○	○	○	休	休
手 術	○	○	○	/	/	/	/	/
午 後 (15:30~18:30)	○	○	○	休	○	休	休	休

紫外線、大気汚染、コンタクトレンズなどの
外的刺激による
なみだ目・異物感・充血に
※コロコロ・チクチクする感じ

マイティア®

第2類医薬品

アイテクト®

消炎成分「プラノプロフェン」配合



スッキリしない
目のかゆみ・花粉に効く
異物感・なみだ目に効く
アイテクト

第2類医薬品

目がコロコロ・
チクチクする時に。
異物感・充血に。

消炎成分「プラノプロフェン」配合

ロトクリア®
目コロコロ®
チクチクする時に
炎症成分「プラノプロフェン」配合



なみだロート
ドライアイ

第3類医薬品

裸眼の方におすすめ
コンタクトレンズ用の方
におすすめ

なみだロート
ドライアイ

レザーブルーライト
コンタクトレンズ用

潤い補給の涙液型目薬
目の乾き・疲れに
なみだロート
ドライアイの3大特徴
角膜に涙を安定させます。
失われた涙を補給します。
栄養成分配合。



目の表面は、常に7μ程度の涙で覆われています。目の乾燥を防ぐと共に、酸素や栄養を補給し、ゴミや雑菌などを洗い流し、異物の侵入から目を守るという重要な働きをしています。もしも涙がなくなると、眼は傷だらけになり、とても視力を維持することはできません。

涙は、上瞼の外側あたりにある「主涙腺」で作られます。瞬きの際に目の表面を潤した後、約10%は蒸発し、残りの古い涙は目の内側にある「涙点」へ流れます。そこから目と鼻をつなぐ「鼻涙管」という涙の下水道を通り、鼻から喉の奥へ流れます。眼薬をいれると、口の中が苦くなったり経験はありませんか?これは、眼薬が「鼻涙管」通り、喉の奥へ流れただけです。

鼻涙管の流れが悪くなると、目に涙がたまります。すると、汚れや細菌が目にとまりやすくなり、結膜炎や眼瞼炎を招く場合があります。

反対に、涙が少なくなると、目に傷が生じます。良く知られているのは、ドライアイです。全身疾患に合併する重篤なもの他に、身近なものでは、コンピューター化されたオフィス環境や、エアコンによる目の乾燥などが原因のこともあります。精神を集中し小さな文字を追ったり、パソコンの画面を見続けたりすると、瞬きの回数は減少します。普段は1分間に約15~20回程度ですが、集中時は1分間に5回位になると報告されています。

多くの眼薬は、防腐剤などの添加物を含んでいます。ドライアイの場合は、添加物を希釈する能力が低いため、眼薬が病状を悪化させることができます。合わないまま点眼を続けると、「薬剤毒性」を招く場合もありますので、ご注意ください。