

6年生の皆さんへのご回答

6-1 視力を良くする方法はありますか？

【回答】

この質問は“あります”とも答えられますし、“ありません”とも答えられる質問です。

まずは皆さんのような小学生の場合、学校の健診で視力低下を指摘されると眼科へ行って診てもらうこととなりますが、治療用の点眼薬を使用することによって視力が上がるタイプの人もありますし、眼鏡をかけないと視力矯正できないタイプの人もあるので、前者では“あります”ですし後者では“ありません”となります。ただ皆さん一様にタブレットやスマートフォン、テレビ等を見ている時間が増えると視力低下につながるため、なるべく長時間タブレット等を見ないように心がけることも大切です。

眼はとても小さな臓器ですが、その中でも角膜、水晶体、網膜、神経、黄斑部というようにいろいろな部位が組み合わさってできています。全てが正常ではじめて視力が良好ということになります。ですので、角膜が傷ついていて目が痛くて開けられない時などは視力も低下していることがよくあります。その際は傷や炎症を治してあげると視力は改善します。

同じ角膜でも先天的に角膜が濁っていたりすると手術等をしていても視力改善できないことがあります。先生のクリニックでは白内障と呼ばれる水晶体が濁っていて視力低下をきたす病気の手術をしています。手術した方は皆さんとてもよく見えるようになっていきます。手術は視力を良くする方法の一つと言えますね。ですから視力低下の原因や年齢、発症時期によっても視力をよくできたりできなかったりします。

自分自身で視力低下を感じた時はもちろん、ご家族や周りの人で見えづらいなど言っている人がいたら、まずは眼科に行ってみることをおすすめします。

6年生は勉強が大変な時期ですが、姿勢良く明るい場所で勉強することも視力低下を防ぐ大切なことです。是非自分でもできることから始めてみてください。

6-2 眼軸とはなんですか？

眼軸が長くなったり短くなったりするのはなぜですか？

【回答】

眼軸とは眼球の長さのことで、部位でいうと角膜から網膜までの長さです。眼軸は長くなったり短くなったりはしませんが、成長していく過程で目も大きくなるため生後すぐは約17mm、3歳で約22.5mm、13歳でほぼ成人と同じ24mmになると言われています。一般的に眼軸は視力との関係が深く、眼軸が長ければ長いほど近視が強いと言われています。ですので、生後すぐは眼軸が短いので新生児の6割ぐらいが遠視ですが、成長とともに近視化していく傾向にあり、眼軸が正常値(24mm)くらいだと眼鏡をかけていない人も多いです。

以上