

第 54 回杏林医学会総会 市民公開講演会

アイフレイルを予防する

2025 年 11 月 29 日(土) 14:00～16:00(開場 13:30)
杏林大学三鷹キャンパス 第 2 病棟 4 階 大学院講堂

プログラム

14:00-14:05 開会あいさつ

司会：井上 真 先生
杏林大学医学部眼科学教室 教授

14:05-14:35 (14:25-14:35 質疑応答)
QOL を向上させる白内障手術

演者：松木奈央子 先生
杏林大学医学部眼科学教室 講師

14:35-15:05 (14:55-15:05 質疑応答)
忍び寄る緑内障 ～緑内障から目を守るには～

演者：北 善幸 先生
杏林大学医学部付属杉並病院眼科 教授

15:05-15:20 休憩

15:20-15:50 (15:40-15:50 質疑応答)
加齢黄斑変性について

演者：岡田アナベルあやめ 先生
杏林大学医学部眼科学教室 教授

15:50-16:00 質疑応答・閉会あいさつ

司会：井上 真 先生
杏林大学医学部眼科学教室 教授

アイフレイルを予防する

杏林大学医学部眼科学教室 教授

座長：井上 真 先生

日本は長寿の国です。平均寿命は年々伸び続けていますが、健康に生活できる健康寿命は、2022 年の調査では男性が 72.57 歳、女性が 75.45 歳となり、平均寿命とは隔たりが問題視されています。

フレイルとは、健康な状態と要介護の状態との中間の状態を示す概念です。日本眼科啓発会議は加齢に伴う目の機能低下を示す「アイフレイル」という概念を提唱しました。アイフレイルとは、加齢による目の機能低下のことです。人は外界からの情報の 80%以上を視覚から得ているため、快適に暮らすためには良好な視機能が欠かせません。そこで、アイフレイルを早期に発見し、原因となる状態を判断することで適切に治療・対処が行えます。

今回の講演ではアイフレイルを引き起こす代表疾患をピックアップして解説します。

QOL を向上させる白内障手術

杏林大学医学部眼科学教室 講師

演者：松木 奈央子 先生

白内障は眼の中の水晶体というレンズが濁ってくる疾患です。白内障にはさまざまな原因がありますが、もっとも多いのは加齢によるものです。加齢に伴い水晶体のタンパク質が変化して、硬くなったり濁ったりすることで発症します。その進行はゆっくりで、片手で眼を塞ぐと気づかないうちに視力が低下していったということもしばしばあります。白内障の根治的な治療は手術となります。白内障手術は濁った水晶体を取り除いて人工の眼内レンズを移植することですが、近年、眼内レンズの性能が向上して、乱視を矯正できるレンズや多焦点眼内レンズのように老視も矯正できる眼内レンズもあります。その適応は、その人の生活スタイルに合わせて選べれます。

白内障による交通事故のリスクは 2.5 倍、両眼白内障では転倒リスクが 1.8 倍といわれていますが、白内障治療によって生活の質 QOL (quality of life) が向上することが期待できます。また、認知症がある患者さんに対しても術後に QOL が改善することも知られています。

様々な症例を示しながら QOL を向上させる白内障手術についてお話します。

忍び寄る緑内障 ～緑内障から目を守るには～

杏林大学医学部付属杉並病院眼科 教授

演者：北 善幸 先生

人生 100 年時代を迎えた日本では、いかに健康に、質の高い生活を長く続けられるかが大きな関心事となっています。その中で「目の健康」は、生活の質を左右する非常に重要な要素です。視力が低下すると、外出や読書、人とのコミュニケーションなど日常の多くのことが制限され、心身の健康にも影響を及ぼします。

緑内障は、日本人の中途失明原因の第 1 位でありながら、自覚症状がほとんどないまま進行するという特徴があります。視野が少しずつ欠けていくため、気づいたときにはかなり進行しているケースも少なくありません。一度失った視野は元に戻すことができないため、早期発見と継続的な治療が非常に重要です。

本講演では、緑内障の種類や発症のメカニズム、症状の特徴、視野検査や眼圧検査といった診断方法、そして現在行われている点眼薬・レーザー治療・手術といった治療の選択肢について、わかりやすく解説いたします。

ます。また、40 歳を過ぎたら意識したい定期的な目の検診や、日常生活で目の健康を守るための工夫についてもお話しします。

「視力が良いから大丈夫」と思っている方にこそ知っていただきたい緑内障の基本と最新情報を、この機会にぜひ学んでみませんか。大切な視力を守るために、一緒に正しい知識を身につけましょう。

加齢黄斑変性について

杏林大学医学部眼科学教室 教授

演者：岡田アナベルあやめ 先生

加齢黄斑変性という病名を聞いたことがありますか？ その名の通り、加齢に関係がある目の病気ですが、実は 40 代の方でも発症することがあります。加齢以外にも、危険因子（リスクファクター）としてタバコ喫煙や遺伝背景などがあると考えられています。そこで、日本眼科啓発会議では、40 歳以上の方に眼科検診を勧めております。眼底検査を受けることにより、初期の加齢黄斑変性の病的変化を見つけることができます。眼底検査で初期の変化（前駆病変）が見つければ、定期的な検査によって治療が必要な加齢黄斑変性の早期発見が可能となり、視力を守ることに繋がります。

加齢黄斑変性の前駆病変から新生血管へ進行すると、網膜に出血や水分が溜まり、視力が落ちてきます。この新生血管を抑える薬剤（抗 VEGF、眼内注射で投与）が 20 年前から開発されており、現在では、6 つの抗 VEGF 薬が使えるようになりました。患者さんの背景や病気の特徴に合わせて最適な薬剤を選びます。抗 VEGF 治療により視力維持が可能になり、多くの加齢黄斑変性の患者さんが救われております。ただし、治療を始める前から視力が既に落ちている場合は視力が簡単には改善しないため、治療が必要なタイミングを見逃さないことが重要です。また、前駆病変があっても、生活習慣を注意・改善することで新生血管の発症率を下げられる可能性もありますので、是非眼科でご相談ください。

本講演では、加齢黄斑変性になりやすい危険因子、病気の特徴、治療法、それから予防についてお話したいと思います。

演者紹介

井上 真

【専門分野】 網膜硝子体、小切開硝子体手術

1989 年慶應義塾大学医学部卒業、慶應義塾大学医学部眼科学教室入局。

1994 年 7 月杏林大学眼科 網膜硝子体 Clinical fellow を経て、1996 年 7 月に Duke University Eye Center に留学。2003 年 10 月より慶應義塾大学医学部眼科学専任講師、2007 年 4 月より杏林大学医学部眼科学准教授、2014 年 10 月より教授就任（現在に至る）。

松木奈央子

【専門分野】 一般眼科、水晶体

1999 年杏林大学医学部卒業、杏林大学眼科学教室入局。

2001 年馬詰眼科、2003 年杏林大学医学部付属病院、2006 年公立阿伎留医療センターを経て、2011 年より杏林大学医学部付属病院に勤務、医学部眼科学教室講師（現在に至る）。

北 善幸

【専門分野】 眼科学、緑内障

1997 年東邦大学医学部卒業。

2012 年シドニー大学留学。2013 年東邦大学医学部眼科学講座講師を経て、2014 年より杏林大学勤務。2021 年より杏林大学医学部眼科学教室准教授、2024 年より杏林大学医学部付属杉並病院眼科教授（現在に至る）。

岡田アナベルあやめ

【専門分野】 眼炎症(ぶどう膜炎)、黄斑疾患(加齢黄斑変性等)

1983 年ハーバード大学・生化学専攻卒業(A.B.)。1988 年ハーバード大学医科大学大学院卒業(M.D.)。

1988 年ハーバード大学 Massachusetts General Hospital 内科インターンシップ、1989 年ハーバード大学 Massachusetts Eye and Ear Infirmary 眼科レジデンシー。

1992 年東京医科大学眼科勤務・大学院、1998 年大阪大学眼科助手を経て、1999 年杏林大学医学部眼科学講師、2002 年眼科学准教授、2009 年眼科学教授就任、2023 年より杏林大学医学部長補佐(国際化推進室)（現在に至る）。