



あ、危ない!

日常に潜む目に危険な物

院長 山口伸幸



日常生活で目に危険な物事が潜んでいて、眼科医の経験からお知らせしたいと思います。ちょっとした注意で危険を回避できるかもしれません。まず芝刈り機は危険です。特に「ワイヤーが回り草を刈っていくタイプの物」は小石やごみが飛び散り目にあたり、重篤な外傷になってしまふことがあります。また「高枝切狭」と言って、高い所の木や枝を切る柄のついた長いハサミがあり、これは切ったゴミなどが目に当たり来院される方を時々お見受けします。また植木の手入れで植木の添え木が目当たり受診される方も多いためです。植木そのものより添え木に目をあててしまうケースが多いのは、注目していないものに注意がいけないからでしょう。庭仕事では保護用ゴーグルを着用することが望ましいですね。

日常生活ではあまりなじみがないですが鉄の研磨(サンダー)も大変目にとって危険です。鉄の力が黒目にくっつくことには取れず、錆がでて黒目にめり込み、炎症をおこしてしまふ厄介な物なのです。石やガラスなどは黒目に付着してもポロっとすぐとれますが、鉄は錆でめり込んでいき大変な炎症を起こします。鉄を切ったり研磨、加工しているところではゴーグルをしつかり着用してください。家庭内ではカビ取りスプレー、キッチンハイター、ヘアカラー、香水などが目に入り来院される方がいますがアルカリ性の物は要注意です。流水で15分程度洗って眼科を受診してください。ただ基本的に体につけたり食べたりするものが目に入っても、しみたり痛かったりしますが失明したり重篤な症状にはなりません。シャンプーや石鹸も目に入っても大丈夫です。ただ業務用の洗剤は強アルカリの物もあり危険です。薬品の配合をしたり片付けたりするときに飛び散り、目に入れてくるケースが多いようです。このような薬品を扱う時はゴーグル着用が安全です。洗顔時に使われている「スクラブ洗顔剤」も極小な小石のような粒子が混入しているの目裏側に入りゴロゴロする、と訴えて受診される方がいます。また天ぷらや炒め物の調理中に油がはねて目に入り、ごろごろするという方もいますが、ほぼ軽傷ですみませるので心配なく。

その他ご家庭で要注意なのは水虫の薬です。水虫の薬は小さなボトル容器に入っている点眼薬と間違えて目に入れてしまふのです。ご高齢の方は小さなボトル容器の薬品や化粧品などは、目薬と違つ保管場所しておくほうが安全です。意外なものではハンガーを目にぶつけてくる方も多いためです。洋服に注意がいき、割と高い顔の近くにある物なので目にぶつかりやすくなるのかもしれない。スポーツではバドミントンでシャトル(羽)が当たって来院されるケースが目立ちます。サッカーや野球でもボールが目当たり受診される方はいますが、圧倒的に多いのは意外なことにバドミントンです。テニスボールが目当たり来院される方はほとんどいないのは意外ですね。このように目にとって危険な物がありますので、皆さんも注意してください。



☆<http://www.yamaguchi-eyeclinic.com>

お知らせ

冬期休診日のお知らせ

12月28日午後～1月5日まで冬期休診致します。ご迷惑をおかけいたしますがご理解のほどよろしくお願いいたします。なお12月24日(火)は手術はありませんので午後も院長の診察があります。年始は6日(月)より通常通りの診察となります。

受付時間のお願い

※検査が必要な方は終了時間の30分前には来院下さい。(平日・土曜午前の部は12:30まで、平日午後は18時半まで、土曜午後の部は17時半まで)特に視野検査がある方、メガネやコンタクトレンズ作成の場合は時間が掛りますので終了時間の1時間前(午前中は12:00、午後は18:00まで、土曜は17時まで)には受付をして下さいますようお願い致します。混み具合によっては1時間前でも上記検査が出来ない場合もあります。その旨ご了承ください。また可能であれば午後の部の方が空いていますので夕方お越しいただくのがオススメです。

編集後記

今回の表題は2008年1月号のリメイク版です。当時の新聞を持っている方もいらっしゃるのではないのでしょうか。さて、いよいよ記念すべき100号まであと1つとなりました。直前号書いてると「いよいよ100号か・・・」と感慨深くなります。2000年4月が創刊号、まだまだ頑張りませす(^_^)

★涙の種類は3種類★

① 反射性の涙

玉ねぎを切っているとじわ～と目ににじむ涙。知覚神経が刺激を受けて涙が分泌されるもので、これを「反射性の涙」と呼ぶ。目にゴミが入った場合も反射性の涙になるが、あくびをして出た涙は当てはまらない。なぜなら、あくびの涙は顔の筋肉が動き、それまで流れずに溜まっていた涙が単に押し流されただけなのだ。つまり、あくびでたくさん涙が出たという人は、それだけ大きなあくびをして顔の筋肉が動いたということになる。もしも、あくびを注意されたら今このことを相手に伝えてみよう。ひよっとしたら、感心して怒られずに済むかもしれない。ただし、保証はしないから自己責任で実践してほしい...。(笑)

② 目を守るための分泌性の涙

瞬きをして分泌される涙、これを「基礎分泌の涙」と呼ぶ。1日あたり成人で1～3ミリリットルほど分泌されており、この涙のおかげで我々の目は乾燥や細菌から守られている。しかし、加齢や目に炎症がある場合、この基礎分泌の涙が正常に分泌されにくくなる。するとどうなるのか?これがドライアイである。最近ではドライアイに関する研究もどんどん進み、適切な治療を行えば症状が改善できるようになってきている。もしも、目に違和感を感じたならば早めに眼科を受診してみると良いだろう。

③ 感情によって流れる情動性の涙

悲しいときはもちろん、嬉しいことがあったときに流す涙もある。これを「情動性(じょうどうせい)の涙」と呼ぶ。涙もろい人は、この情動性の涙をよく流しているということになる。この情動性の涙、最近の研究でストレス解消に効果的といわれているようだ。これが本当ならば、ストレス社会に生きている現代人にとって、そのストレス解消方法の1つとしてすごく重要なものとなるかもしれない。以上の3種類になります。

第33回! 素朴な疑問Q&A

感情によって涙の味が変化するってホント?



子どものときは人目を気にせず大泣きし、大人になると人知れず大泣きする。泣いているとき、あなたは自分の涙の味について考えたことがあるでしょうか?

涙とは、感情によって味が変化する不思議なものなのです。人間の涙は水分とナトリウムからなっています。水は無味であるため、涙の味はナトリウムの量によって決まるといってもよいのです。ナトリウムの量が多くなればなるほど、涙は塩辛くなっていくのです。

そして、体内にあるナトリウム濃度は、感情によって左右されます。感情が高ぶっているときは体内のナトリウム濃度が増加し、悲しいときや嬉しいときはナトリウム濃度が減少する。つまり、感情が高ぶっているときは塩辛く、悲しいときや嬉しいときは水っぽい。涙の味の違いについて気になる方は、泣いたときに「チャンス!」と思って涙をペロリと一口舐めてみてください。人間の感情は簡単に言い表せないことも多いですが、塩辛さの違いには気づけるはずですよ。