MBC ラジオ『ここが聞きたい！ドクタートーク』2026.10.17

第 1224 回放送分『眼科疾患』3 回目

ゲスト：宮本純孝ドクター

二見いすず

今月のドクタートークは「眼科疾患」をテーマにお送りしています。
お話は、鹿児島県医師会 宮本純孝（みやもと すみたか）ドクターです。
宮本さん、よろしくお願いいたします。

宮本純孝Dr.

よろしくお願いいたします。

二見いすず

先週は子どもの近視についてお話しいただきました。
子どもの近視は増え続けていて、デジタル化の影響や
屋外での活動時間が少ないことも原因の一つということでした。
治療はさまざまな方法があるので
お子さんに応じて最適なものを選べるという内容でした。
今日は何についてお話しいただけますか。

宮本純孝Dr.

今日は、ドライアイについてお伝えいたします。

二見いすず

ドライアイですね。来月以降、空気が乾燥したり、暖房を使ったりすることで
目の乾きを感じる方も増えるかもしれないですね。

宮本純孝Dr.

今ありましたように、ドライアイというのは「水が足りない状態」という
イメージがあるかと思うのですが・・・。

二見いすず

えっ、違うのでしょうか？

宮本純孝Dr.

もちろん、水が足りないタイプのドライアイもあるのですが、
実はドライアイには２つのタイプがありまして、
水が足りないタイプと、脂が足りないタイプのドライアイに分かれます。
そしてなんと、脂が足りないタイプのドライアイは、
ドライアイ全体の 86%以上であることが最近の研究で分かってきました。

二見いすず
脂が足りないタイプ。これは初めて耳にされる方も多いのではないでしょうか。
どうしてドライアイと脂が関係するのでしょうか？

宮本純孝Dr.
涙というのは、99%の水と 1%の脂からなっています。
その 1%の脂があるおかげで、油膜のように涙がコーティングされて
しばらくまばたきをしなくても、涙の成分自体が目の表面に残ってくれるわけです。

二見いすず
ということは、脂が少ないと、
涙の成分が目の表面に残りづらくなるということでしょうか？

宮本純孝Dr.
はい、おっしゃるとおりです。
脂が少ないと、あっという間に蒸発してしまい、
仮に涙の量はたくさんあったとしても、目の表面ですぐに乾いてしまいます。

二見いすず
そういうメカニズムになっているんですね。

宮本純孝Dr.
「涙は出るけど、目がしょぼしょぼする」という方は、
この脂が足らないドライアイの典型的な症状です。
そしてこのタイプだと、目薬をさすという治療では改善しない場合が多いです。

二見いすず
そこを間違って、「目薬をさしつづけても改善しない」という方も多そうですね。

宮本純孝Dr.
そうですね。市販薬を使ってみたけど改善しないというご相談は多いです。
涙の脂はまぶたの周辺にあるマイボーム腺というところから出るのですが、
このマイボーム腺が機能していないマイボーム線機能不全となる原因は、
加齢や脂質異常症、高血圧、マツゲダニの感染、
女性だとメイクがしっかり落ちていない、
男性だとしっかり洗顔できていないなどが挙げられます。
まずは、マイボーム腺をしっかりケアすることが非常に大切です。
これについてはまた来週お伝えいたします。

二見いすず
よく分かりました。
今月は眼科疾患についてお送りいたします。

お話は鹿児島県医師会 宮本純孝ドクターでした。
宮本さん、ありがとうございました。

宮本純孝Dr.

ありがとうございました。