

学んでみよう！

高齢者の視機能について

令和4年度 多職種連携協働強化セミナー

第1回

「高齢者の目の病気と

見えにくさがもたらすもの」

2022年8月18日

いけがみ眼科整形外科 眼科

澤崎 弘美

本日の内容

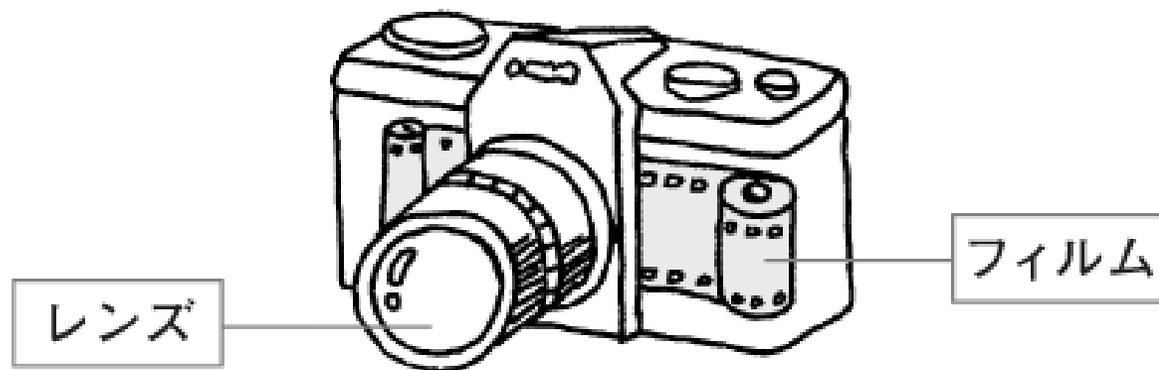
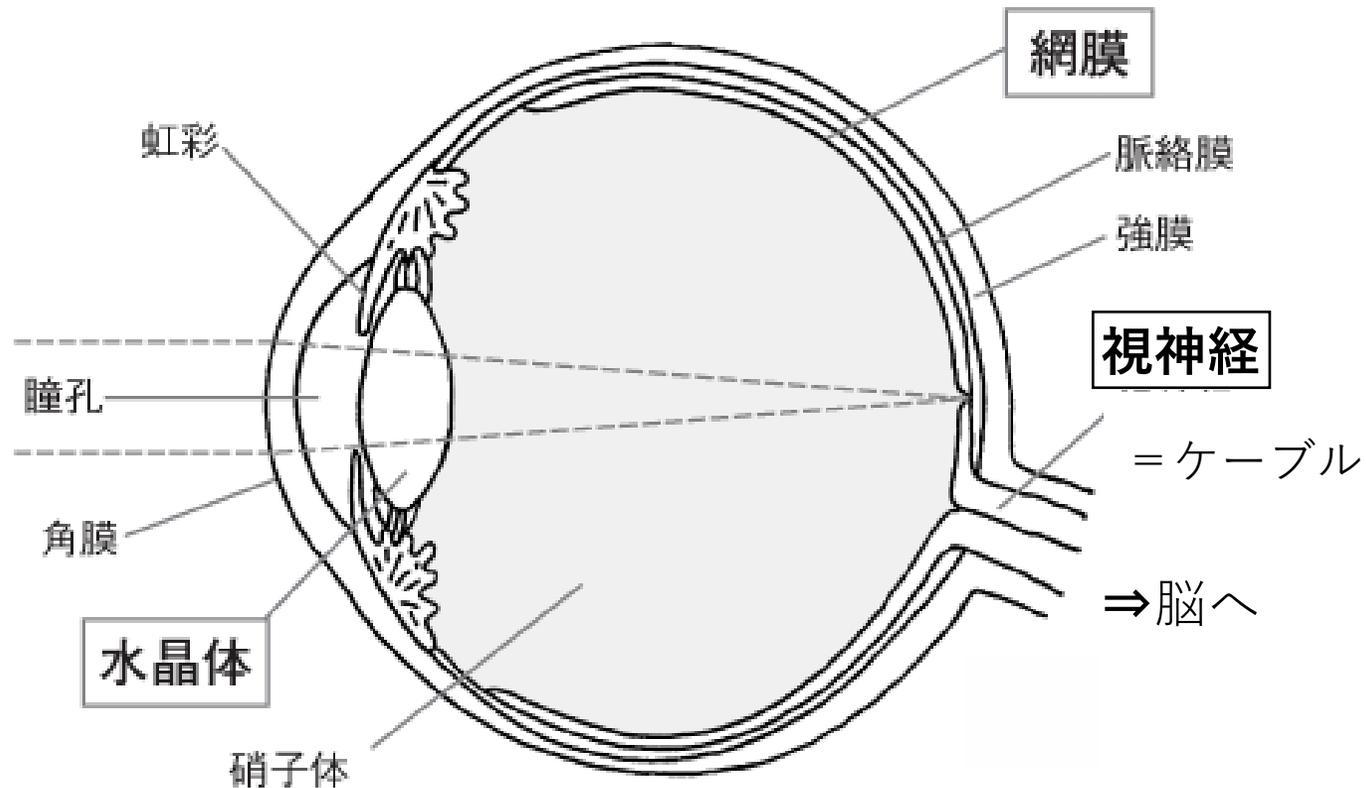
1. 高齢者に多い目の病気
2. 見えにくさのいろいろ
3. 見えにくさがもたらすもの
4. 事例

1. 高齢者に多い目の病気

- 白内障
- 緑内障
- 糖尿病
- 加齢黄斑変性

目の構造

- 物を見るしくみはカメラにたとえられます。



白内障

- 水晶体（＝レンズ）がくもる。
- 網膜（＝フィルム）に映る景色がくもる、かすむ。
- 加齢により誰でも白内障になります。
- 治療は、白内障(レンズ)摘出 + 眼内レンズ挿入。

正常の見え方



白内障の見え方



緑内障

- 視神経（＝ケーブル）が断線していく病気群。
- 断線した部分の視野の感度が悪くなり、失明に至る。
- 有病率は40歳以上で5%、90歳で10%ともいわれる。
- 治療は眼圧を下げて進行を抑えるのみ。

40歳以上の **20人に1人**



とにかく多い！！！！

放っておくと失明。
(失明原因No1)

コロナ禍で、、、

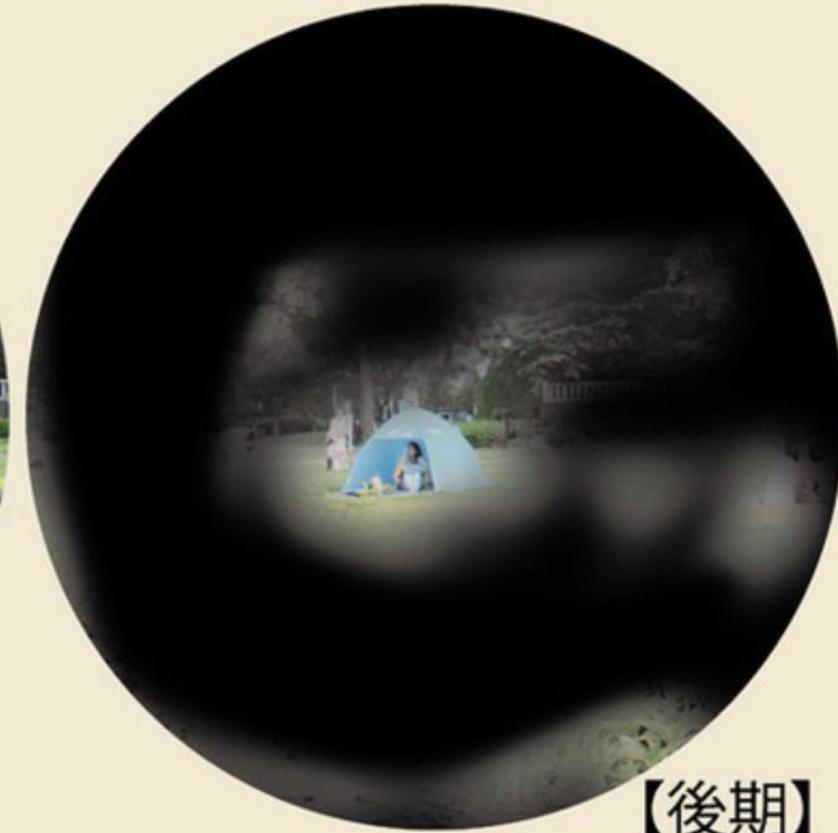
緑内障の見え方



【初期】



【中期】



【後期】

視野狹窄



加齢黄斑変性

- 網膜（＝フィルム）の中心部分に水ぶくれができる。
- カメラを向けた部分（見たいところ）がゆがんだり見えなくなる。
- 治療は硝子体注射やレーザー、手術など。

加齢性黄斑変性症の見え方



中心暗点



糖尿病

- 糖尿病有病者は全国に1000万人。
年齢が高いほど糖尿病有病者の割合は高くなる傾向。
- 失明原因の第3位。
- 糖尿病網膜症は末期になるまで自覚症状がないことが多く、気がついた時には手遅れになっていることがある。

糖尿病は目の病気のデパート

- 網膜（＝フィルム）が劣化していく。 糖尿病網膜症
- 網膜（＝フィルム）がはがれ落ちる。 網膜剥離
- 網膜（＝フィルム）に水ぶくれができる。 黄斑症
- 視神経（＝ケーブル）が断線していく。 糖尿病緑内障

• 高齢者の目の病気は、

ものを視る機能に直結するものが多い。

加齢だけで視る機能が衰えることは少ない！

小括

- 加齢だけで視る機能が衰えることは少ない。
- 高齢者の目の病気は、
視る機能に直結するものが多い。
- いろいろな見えにくさがある。

本日の内容

1. 高齢者に多い目の病気
2. 見えにくさのいろいろ
3. 見えにくさがもたらすもの
4. 事例

2.見えにくさの多様性

いろいろな「見えにくさ」と

いろいろな「不自由さ」があります。

全盲 vs ロービジョン

視力障害 vs 視野障害

先天性 vs 中途失明

→ロービジョンの中に
さらにいろいろな見えにくさがある。

- カスミがかかったよう 霧視
- ピントが合わない 矯正の不具合
- ゆがんだり大きく見える 歪視、変視
- 視線を向けた所が見えない 中心暗点
- まぶしくてホワイトアウト 羞明
- 暗いところで見えにくい 夜盲（鳥目）
- 視野が欠けている、狭い 視野狭窄、視野欠損
- ものがふたつに見える 両眼複視

見えにくさを体験してみよう その1.

カスミがかかったような見え方

→クリアファイルを顔の前に当ててみましょう

- 歩けますか？
- 資料は読めますか？
- スライドの文字は読めますか？

ケアママネサロシ

目からうるこ

目のはなし サワザキ

ケアマネサロソ

目からうるこ

目のはなし サワザキ

見えにくさを体験してみよう その2.

視野狭窄の見え方

→クリアファイルを筒状に丸めて輪ゴムで固定してください。左目に隙間ができないように当てて、右目は完全に閉じてください。

- 歩けますか？
- 資料は読めますか？
- スライドの文字は読めますか？

見えにくさを体験してみよう その3.

中心暗点の見え方

→左手のひらを左目の前5センチほどのところにかざし、右目は完全に閉じてください。

- 歩けますか？
- 資料は読めますか？
- スライドの文字は読めますか？

小括

- いろいろな見えにくさがある。
- 環境によって、
見えやすかったり、見えにくかったりする。

本日の内容

1. 高齢者に多い目の病気
2. 見えにくさのいろいろ
3. 見えにくさがもたらすもの
4. 事例

3. 見えにくさがもたらすもの

- 目が見えにくくなると、高齢者の場合は特に急激に心身が弱って行きます。
- これは非常に大事なことですが、介護現場で案外と認識されていないような気がします。

フレイルとは



フレイルは3つの要素から構成される。

うつ
認知症

身体的要素

サルコペニア
ロコモティブシンドローム

精神的要素

社会的要素

ひきこもり
孤独

フレイルの悪循環

体力・筋力低下



視覚障害による
活動の制限

外出機会の減少
閉じこもり



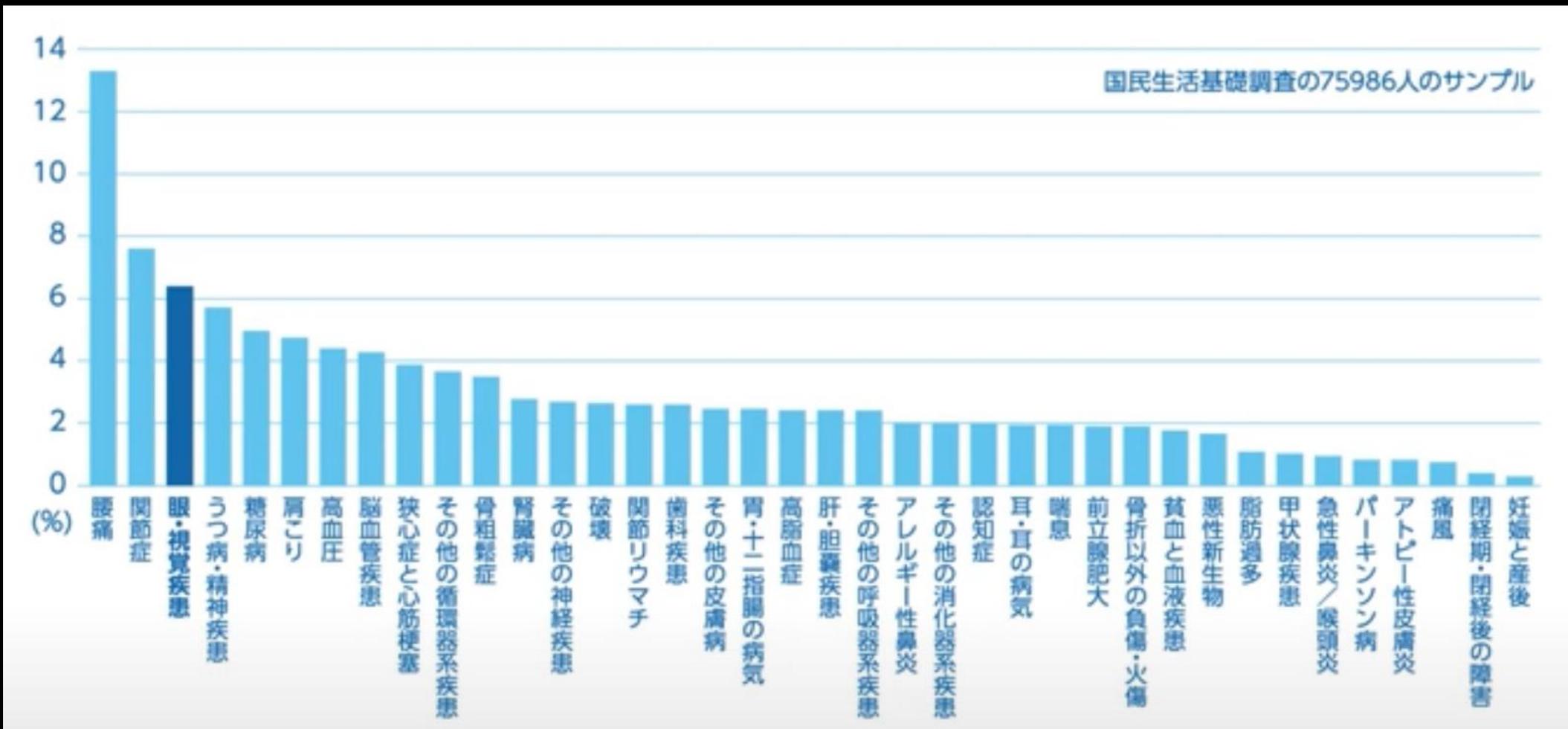
認知機能低下
意欲の低下
うつ



社会参加減少
コミュニケーション不足



活動制限に対する疾病ごとの人口寄与割合



視力低下を自覚する高齢者は、
そうでない高齢者と比べ、4年後
にフレイルに陥る率が倍である。

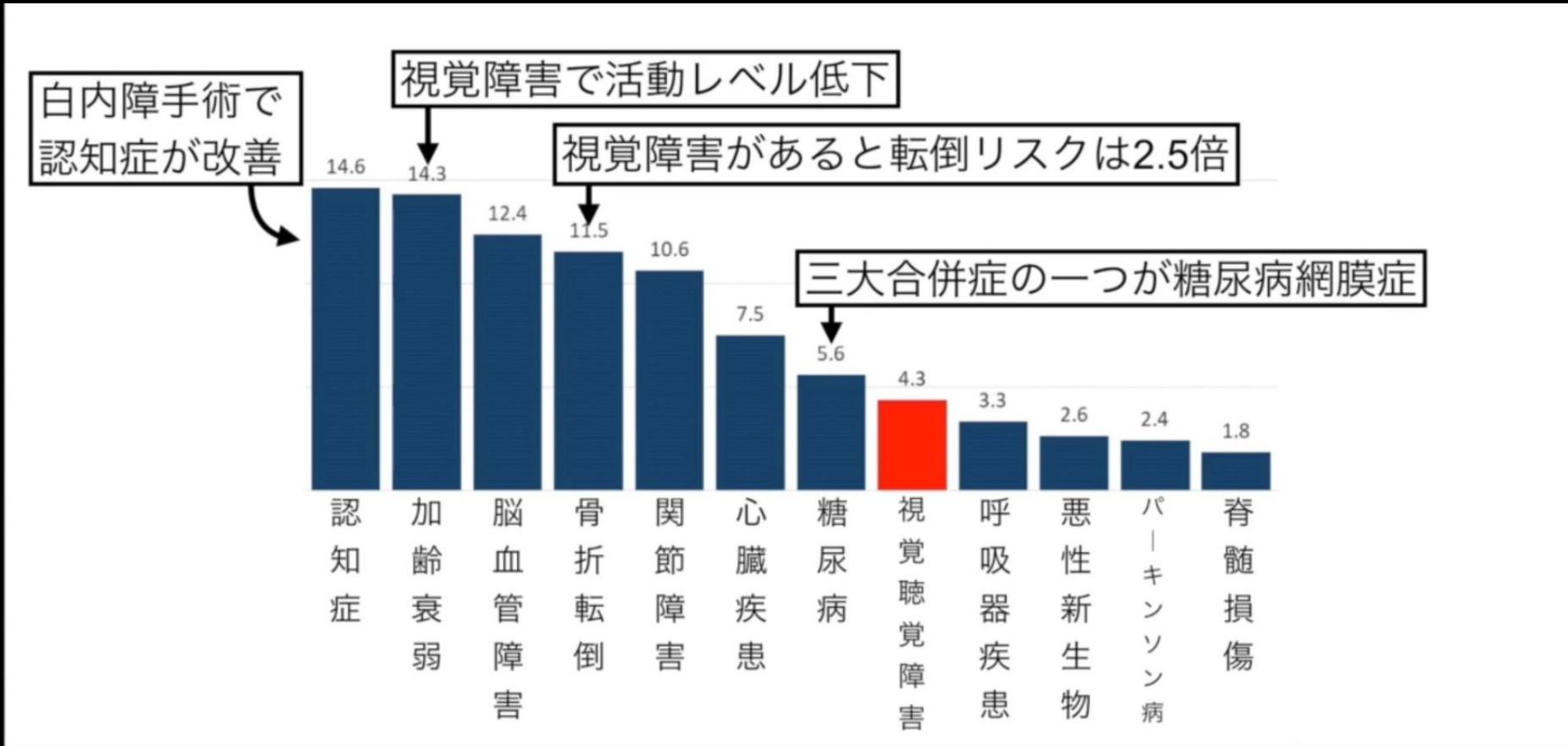
Liljas AEM, et al.

J Epidemiol Community health 2017

目の見えにくさによるADLの低下は
フレイルの悪循環を加速させる。



介護が必要となる原因



小括

- 視機能低下はADLを低下させ、心身をむしばむ。

介護予防の点からも、高齢者の目を守ることや、目の見えにくい高齢者の自立支援（リハビリテーション）は取り組むべき課題と思われる。

…しかし、福祉職、介護職、当事者や家族も高齢者の目の見え方には案外と無頓着かも。

本日の内容

1. 高齢者に多い目の病気
2. 見えにくさのいろいろ
3. 見えにくさがもたらすもの
4. 事例

両眼白内障手術により、認知症の症状と
思われていた行動が改善した例

介護力があるために
見えにくさが顕在化せず
自立がさまたげられている例

失明によって急激に心身が弱り、
要介護状態にいたった例

本日のまとめ

- 高齢者に多い目の病気は特に視る機能を低下させるものが多いので注意が必要です。視る機能の低下はADLを低下させ、心身をむしばみます。
- 見えにくさは実に多様です！
環境によって見えにくさが変わります。
- 高齢者の見えにくさは、特に見落とされたり放置されやすい傾向にあります。

- 見えにくさを回復させることは高齢者の生活の質を高め、介護する側の負担も減らすことにつながります。
- 見えにくさを回復できる手段があるのなら、迷わず眼科受診を勧めてください。

- 人生の最後の大切な時間を、明るい光と美しい色彩に彩られて過ごせるように。
- たとえ治療の甲斐なく見えにくくなったとしても、いきいきと人生を送れるように。
- 介護にかかわる皆様の役割は非常に大きいと感じています。