

RK-PRK news

発行：近視手術友の会

Vol.27

〒142-0062 東京都品川区小川2-17-14-102 FAX:03(5486)0120

2015年2月

近視手術友の会32周年合併号

巻頭言

日本近視手術友の会
会長 須田八重子

皆様のお手元に31、32周年合併号を、お届けすることは大きな喜びです。
我が国の近視手術は、銀座レーシック事件、そして消費者庁発表等を経て、受難の時を迎えておりますが、これらの事件は過去の会報で予告した通りです。
諸外国に見られない近視手術への対応や反応は、コンタクトレンズを先駆けて開発した自負や伝統からきているのでしょうか。
本号で、奥山先生にレーシック難民を解説していただきました。
直下型地震、富士山噴火が予想される今日、災害対策の第一歩は1.0見えなくても、メガネ、コンタクトなしで0.1が見える、避難できる、視力の備えではないでしょうか。
会員の皆様のご健勝をお祈り致します。

メガネ無しで運転出来るようになった日

奥ノ山医院(旧参宮橋アイクリニック)
院長 奥山公道

2014年11月26日は長年の夢がかなった雨風の強い日であった。
31年前メガネ無で運転をと、近視手術を受けたが免許証の眼鏡条件を解除できなかった。
ところが、試験所で1.0の視標が見え念願の日が訪れた。
最近老眼鏡を使い、近視のメガネが遠視化により不要と感じていた。
喜びが、この年になって今さらの思いと共にこみ上げ、同時に過ぎた日々が蘇った。

目次 contents

冒頭の挨拶…1.2	近視手術の体験談
ドクター奥山旅行記…3	…4~7
	お子さんの近視対策について… 8





■ 免許の条件 眼鏡等



■ 免許の条件 なし

31年前の近視手術は、RK手術(Radial Keratotomy)と呼ばれ、角膜を放射状に垂直切開し、中央領域を扁平化させて近視を矯正した。開発したモスクワのフィドロフ博士をお訪ねした。2000年、厚労省がエキシマレーザーによるPRK手術を認可し、近視手術は認知された。認可に尽力した学会の最高権力者は、RK手術当初、清明な角膜をカットするのは医の倫理に反すると批判した。しかしPRK後のヘイズという一過性の角膜上皮下混濁に対し、角膜を水平カットするレーシックを採用した。レーシックはドアー状のフタの中に混濁の原因を閉じ込め、フタをどかしてレーザーを照射する術式だ。

早い、安い、正確さをキャッチに十分な検証なしに、レーシックは影の部分が見落とされそのまま瞬く間に広がった。ところが、2013年に消費者庁は影に光を当てる報告を行なった。2009年以後レーシック手術の件数が増えるとともに、ドライアイ、矯正され過ぎ(遠視ではない!)による不定愁訴を持つ「レーシック難民」が増えたと発表した。

不定愁訴は、頭痛、肩こり、吐き気等、レーシックによってできた焦点深度が浅い矯正面による調節負担過剰が原因のようだ。フタを作る為に焦点深度の浅い矯正面が創出されたようだ。通常の角膜の厚さが500マイクロン(1ミリの半分)に対し、160マイクロンのフタを作ると、残る340マイクロンからできる矯正面の焦点深度は浅く、フタを作らないPRKは、焦点深度を深く作れる。

T-PRK(Trans epithelial PRK)に至っては、太いレーザービームを一括照射し、ボーマン膜と実質の境界を目視下に、必要なだけ実質を蒸散できる。メスで上皮を削ぐ必要もない。レーシックの調節負担過剰で瞬目が減り、ドライアイが起き、涙を溜める涙腺プラグ、涙液ムチン層用の点眼液、瞬き促進シャッター付きメガネまで開発されたが、効果は定かでない。

「レーシック難民」は不定愁訴やドライアイを術後に訴え、角膜解析を始めとする眼科検査で理想的な角膜屈折値を持ち、セコンドオピニオンで問題ないと言われ、精神科医、神経内科医を紹介され、医療機関を漂流する患者である。

原因は、焦点深度の浅い矯正面による過剰な調節負担にあると考える。対策として、過剰な調節負担を遠視眼鏡で緩和させると良いであろう。

レーシックは十分な検証を受けずに瞬く間に広がったが、PRKは十分な検証を受けずに置き去りにされた。忌み嫌われたヘイズは再生の過剰反応であり、代謝拮抗薬でコントロール可能となった現在、レーシックでなくPRKをお勧めする。

いずれにせよ、メガネを探すのにメガネを必要とする強い近視の人が、手術により裸眼で「非常口」という字が見える程度の近視になることは、直下型地震や火山灰を始めとする自然災害が迫った我が国において喫緊の課題である。

平時ならメガネ、コンタクトレンズで対応できるが、御嶽山や阿蘇山のように火山灰が飛来するとコンタクトレンズは制限を受ける。

近視手術が生死を分けた状況が、阪神淡路大震災、東日本大震災と津波で起きた。

無事に逃げた会員から感謝のお便りを頂いた。

文末であるが、友の会会員諸氏のご健康とご多幸を祈念する。

ドクター奥山 旅行記

ハリーポッターの国

見たことのないベッドに出会いました。世界遺産ではありません。部屋のど真ん中に、丸太と梁が、彫金を施された鋸で留められた構造物でした。

京都五条の大橋のように鎮座する様子は、今にも弁慶、牛若丸の舞台になりそうでした。けれど、ここ英国グラスミアは、ウィンダミア湖を中心とする湖沼地帯です。グラスミア、ウィンダミア等、ハリーポッターに登場しそうな響きを持った地名です。

ハリーポッターの身軽さを失った私はベッドに登る前に途方に暮れました。



踏み台が無く、寝台に背中を向け、走り高跳びのベリールロールで横になりました。おそらく誰も信じてくれないでしょう、何枚も写真を取りましたが興奮のためかどれもピンぼけで、ホテルのホームページからダウンロードし直しました。床から60センチ、ベルトの高さでした。巨大なベッドは一枚板の床に鎮座してびくともしません。由来は、その昔、宿の主人に、あるカップルが泊まる隣室からクレームが入りました。夜ごとの営みで、ベッドの軋みがうるさくて安眠できない、そこで登場したのがこれではないかと言われました。今回の旅は、寝台と出会うのが目的ではありません。

ロンドンで開催されたESCRS第XXXII回欧州屈折眼科学会出席のためでした。

当初ポスターセッションで採用されましたが、「レーシック後のいわゆる調節負荷過多の状態について」が面白そうだからと、口頭発表に回されました。

英語の質問で万事休すにならないよう、地元エジンバラ大学留学生に、質問の意味が分かるように万一の通訳をお願いしました。質問は3つ、幸いイスラエルと中近東の医師の英語力は似たり寄ったりで、通訳のお世話にならずに済みました。難問は陸軍顧問医を務める米国眼科医師の南部訛りでした。発表の詳細はやや専門的ですので、興味をお持ちの方は、抄録をご覧ください。結論としては、レーシック後のいわゆる調節負荷過多の状態により、レーシック難民にならないように、近視度、年齢、職業に応じ、PRKというフタを作らないでレーザー照射する方法も選択肢にいれるべし、という内容です。

フタを作らなければ、角膜の厚みに余裕があり、焦点深度の深い矯正面が創出できます。

米軍眼科医によれば、兵士一人あたりに年間15000ドルの国の予算が組まれ、近視手術の費用を国が負担するそうです。手術費用は、PRKもしくはレーシックで2000から3000米ドルです。

直下型地震や火山噴火による火山灰と言った自然災害が迫る我が国の災害対策に、近視手術に対する補助予算が組まれれば、東日本大震災時、三陸沖にメガネ、コンタクトレンズを流され、被災地にメガネを送った事が嘘のように思える日が来るでしょう。

学会が無事に終わった喜びに、おまけがつかしました。

準備に追われながら、ホテルのプールで早朝から泳ぎを練習していたら、ある時、突然に息継ぎができるようになりました。

子供の頃、突然に自転車に乗れる様になった感動が蘇りました。

大人になって、木々の葉先がメガネ無しでクッキリ見えた時に似たものでした。

ハリーポッターの国の旅は、実り多いものでした。

近視手術の体験談



「コンタクトや眼鏡に費やす時間や費用から解放されました」

齋藤由果さん

■オペ日 右2014年6月6日・左2014年11月21日

■オペ後の視力 右0.05→1.2 左0.05→0.7

2014年6月に手術を受け、約半年が経ちました。

今の気持ちを一言で表すと「手術を受けて本当によかった！」という気持ちです。

手術前、私は日頃からコンタクトレンズを毎日装着していました。

当然、毎日コンタクトの洗浄をしたり、また装着していることによるドライアイの症状もあり、目薬も手放せませんでした。残業で遅くまで会社にいる時の目の渇き、電車などで移動中に少したたねをした後の目の渇き、目にゴミが入った時の取りづらさ、旅行や実家への帰省の際の荷物……。思い返してみれば、日頃からかなりの煩わしさを感じていました。

奥山先生に初めてお会いし、フラップレス・レーシックの説明を直接聞くまでは、やはり少々不安感がありました。しかし、お話を聞けば聞くほど安心感が増していき、ほとんど不安なく手術を決断することができました。というのも、フラップレス・レーシックについて、奥山先生が包み隠さず詳しくお話ししてくださったからです。決断前に、私が不安に思っていたことは、やはり手術によるリスクです。(どんな手術でも、必ずリスクというものがあるのは当たり前のことなのですが。)その点についてもゆっくりと丁寧に説明してくださり、合併症などの可能性が極めて低いことがわかりました。何より、奥山先生が、私の不安な気持ちをくんでくれ、とても丁寧にいろいろと話してくださったことが、やはり一番の安心となりました。

手術を受ける決断をしてからは、不安な気持ちは一切なく、むしろ手術当日が楽しみでした。

そして、手術の数日前から、事前に処方目薬をきちんと点眼して当日に臨みました。

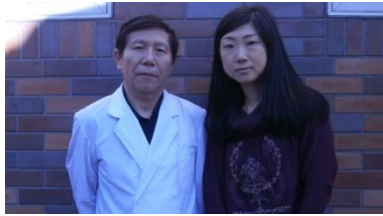
手術前に、手術についての詳しい解説のついたビデオを見て、そしてもう一度奥山先生とお話をして、で、手術はというと...なんと、1分もかからず終わりました！(手術時間は、視力によって異なるそうですが。)術後3日間程度(人によって多少の差があるそうですが)は、目の痛みが出るということで、痛みどめなどの点眼薬を使い過ごしましたが、私は生活に不便を感じるほどの痛みもなく、順調に視力が回復していきました。

フラップレス・レーシック手術を受けて思うのは、この手術は、「視力を回復したい。でも、メスなどを目に入れるのは怖い。」という人には、本当に良い手段だと思います。

今私は、前述のような、目の渇きや、日常生活における不便さを全く感じることなく生活しています。「いつかは受けたい」と思っている人は、まずは奥山先生のお話を聞くだけでも大きな収穫があると思います。

■ 院長奥山から

お仕事の内容がパソコンを使っている時間が長いので目の調節力に負担が少ないPRKを実施しました。



人生が楽しくなりました！！

齋藤 寛美さん（女性）

■オペ日 右・左 2004年4月23日

■オペ後の視力 右0.04→1.2 左0.04→1.5

10年前、近視矯正手術のことを調べてる時に、友人から奥山先生のことを聞いて奥ノ山医院を訪ねました。視力矯正前は眼鏡とコンタクトレンズを併用していましたが、コンタクトレンズが体質的に合わなくなってきてしまったこと、仕事柄パソコンでの作業で、眼精疲労や併発する頭痛、慢性的な肩こりの酷さに耐えられなくなってきたのが手術を受けるきっかけでした。夜空の星を眺めたり、スキーを楽しむのがとても好きだったのですが、視力を悪くしてからは星の明かりも裸眼ではほとんど分からず、スキーも眼鏡を掛けて更にゴーグルをするのは楽しやなく、以前は余裕だったコースの険しい所も起伏の見え辛さから足が遠のいてしまいがちでした。手術を受けた後、仕事は相変わらずパソコン作業ですが、視力が良くなったことで眼精疲労や肩こりが極端に軽くなって、頭痛はすっかり出なくなり、体調にも良い結果となりました。夜空の星を眺めることもスキーを楽しむことも、昔のようにいっぱい楽しめるようになりました。また、横浜の職場の窓から眺められる富士山さんも裸眼で堪能出来ることは本当に嬉しいです。10年経った今現在（2014年12月）の視力は、右が1.2、左が1.5です。この10年、この視力が低下することなく過ごせてることはとても幸せで、施術して頂いた奥山先生には本当に感謝しております。

これから先も、定期的に診て頂きながら、この視力を大事にしていきたいと思っております。

■院長奥山から

お仕事・スポーツに充実した生活をおくられていてよろしかったですね！

朝起きた時の感動を今でも覚えています！



山口 康子さん（女性）

■オペ日 右・左 2000年3月

■オペ後の視力 右0.8 左0.8

私が近視手術を受けたのは15年程前です。

強度の近視であった私は20歳の頃からずっとコンタクトレンズをつけていました。

近視手術のことは興味があり、奥山先生著者の近視手術の本を読んでいたので知っていましたが不安や金銭面のこともあり近視手術を受けることができませんでした。

そんな時、私の50歳の誕生日に主人がプレゼントしてあげるから近視手術を受けてみないかと薦めてくれました。毎日のコンタクトレンズの付け外しを煩わしく思っていたので私は迷わず近視手術を受けると答えました。

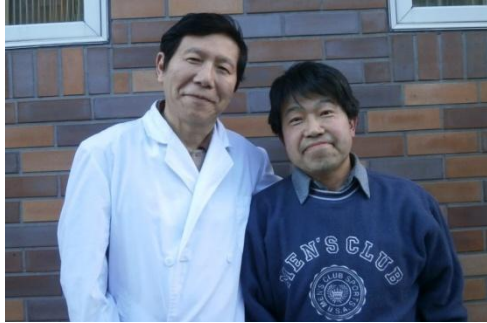
手術は片目ずつ受けました。最初に右目を手術して視力が安定して一年程経過してから左目を手術しました。術後、当日は多少の痛みがあったのですが、次の日朝起きた時のコンタクトレンズ無しでもはっきりと見えた感動を今でも覚えています。

あれから、15年経ちました。今は趣味で歌を歌っているのですがカラオケ等で画面を見る時もよく見え、また自分の家で新聞等近くを見るときも眼鏡なしではっきりと読め、眼鏡・コンタクトレンズなしで快適に過ごしています。

手術をしていただいた奥山先生本当に有難うございました。

■院長奥山から

やさしく御理解のある御主人によろしくお伝え下さい。



小学校以来の悲願が 叶いました

坂井 秀一さん（男性）

■オペ日 右2004年7月9日・左2004年7月15日

■オペ後の視力 右0.01→0.8 左0.01→0.6

私は小学校3年より目が悪くなり、毎年実施される4月か5月の身体検査の視力検査の日が来るのが、怖くておびえていたのを覚えています。その怯え方は尋常ではなく、正月頃から、視力検査がないことを祈っていました。なにしろ一番上の大きな字が見えないのは当然のこと、少しずつ前に出て、検査表の真ん前まで来ても読めないくらい悪かったのです。

それでも周囲から「ド近眼！」と言われるのがイヤでメガネをかけずに、「先生の声」をたよりに「黒板の字を予想」してノートを取っていました。

高校生の時は、近視を治せる医師になろうとしていました。大学生のときは、「近視が治る本」数種類、「うずまきを見つめるだけで治る近視治療器」2種類、「超音波近視治療器」3台、「健康食品 ルテイン」ボトル100本、と自分なりになんとか近視を治せないかと日々、努力していましたが、わたしのド近眼が、良くなることはありませんでした。

ビジネスマンになってタクシーに乗った時、運転席の背中の座席に「近視矯正手術の参宮橋アイクリニック」の広告を見たことがありました。

しかし、当時はインターネットもなく、詳しく調べようもなく、眼球に手術するなんて眼科で聞いたこともなく、「大丈夫かな？」とか「きっと手術費用も高額なんだろうな？」と思い、「超音波近視治療器」「健康食品 ルテイン」の併用でなんとか治せないかと考えていました。

それから何年も経って、40代後半になり、コンタクトレンズで近くを見るのが、ひどく疲れるようになり、ちょうど、サラリーマンを辞め、独立して仕事していたので、夏に思い切って、長期休暇をとり、両目に手術をする決心をしました。

検査の結果、私は予想以上に目が悪く、普通のひとより3mmも眼軸が長く、1度の手術では矯正しきれず、2度の「角膜屈折矯正手術」が必要とのことでした。

また、昼間は視力が良くても、夜は（たとえ手術したとしても）、メガネが必要と言われていました。

非常に緊張して普通のひとの3倍も4倍も長い時間、レーザー照射の手術を受けました。

「術後の1～2週間は、近くも遠くもメガネかけても見えるようにならない。」

「深く削るので傷口の治癒期間も1か月以上かかる」と言われていました。

しかし、わたしの「眼が良くなりたい」という小学校以来の悲願が届いたのか、1度の手術で、1か月過ぎると、視力が両眼1.0～1.2になり、2度目の手術をすることなく、数年間、その状態を保ち、奥山先生からも、驚かれました。

現在、60歳近くなりますが、私は、「レーシック」を受けた友人のように「術後に遠視」になることもなく、ましてや、読書用メガネをかけないと「居酒屋のメニューが読めない」なんていうこともなく、かなり細かい字もちゃんと見えます。

0.01もあるかないかの状態から、術後約10年たちますが、夜間、車の運転用に

「近視用メガネ」をかけるだけで、普通の人の暮らしができるようになりました。

自分の子供も最強度近視なので、「スーパーPRK フラップレスレーシック手術」を薦めたいと思います。

■院長奥山から

大変力のかもった体験談をありがとう存じました。

親子揃っての強度近視の矯正を成功させたいと思います。医者冥利につきます。



最強度近視の方も諦めないで！

E・Mさん（女性）

■再手術日 右2009年5月1日・左2010年9月17日

■再手術後の視力 右0.7 左0.4

物心つくころから視力が落ち始め、就寝時すら枕元の定位置に眼鏡を置き、うっかり位置を間違えようものなら手探り、それでもダメなら家族を呼び出し探してもらう程、眼鏡は手放せない生活でした。大学生から約10年コンタクトレンズを使用しましたがトラブルも多く、快適とは程遠く、最後の数年間は思うように視力も上がりませんでした。近視手術の話は聞くものの、今と違いネットもなければ身近に経験者も無く、このまま視力を失うのではと思いながら過ごすしかありませんでした。そして、阪神淡路大震災。ある少女が一度は救出されたものの眼鏡を取りに戻り倒壊した家屋の下敷きになり亡くなった記事を目にし、自分の状況を重ね合わせました。非常時、眼鏡有の状況とは限りません。運よく救出されたとして住み慣れた自宅ですら歩くことさえままならないのです。その後どうやって避難生活を送るかは、深刻な問題です。私は書店で奥山先生の著書を手に入れ近視手術を受ける意思を固めました。様々な検査の後、先生からは横網級の最強度近視との有難くないお墨付きを頂きました。もしや手術は出来ないのではと不安がよぎりましたが、最強度近視でも条件さえクリアすれば手術は可能とのこと。その年にまず左目を手術して頂きました。手術自体は驚くほど短時間でしたが、麻酔が切れてからの2日程度は痛みと涙が止まりません。洗顔出来ない事と元々肌が弱い事もありかぶれてしまい辛いものでしたが、それも徐々に治まり、2週間後には右目の手術。しかし前回ほどの辛さはありません。こうして無事に両目の手術を終え、後は角膜再生を待つことに。肝心の視力は驚くほどで1.0ありました。但しこれは一時的なもので1年後には0.1程度になる見込み。それでもこれは、それまで分厚い眼鏡を掛けてすら達することの出来ない視力でした。それもどうしたことか、術後5年程度は、0.5～0.7程度を維持したのです。その後は職場でほぼ1日パソコンに向かう生活の中で、視力は自然と低下。その自覚はあるものの何ら日常生活に支障がないため、ついには1年に1度の検査もすっかりさぼる様になったのです。言い訳させて頂くとそれほど快適でした。

手術から14年が経過した頃、片目に違和感を覚え、手術手帳を手にも再び来院。当日先生はご不在でしたが、受付で症状を伝えると別の先生が診察室から待合室へ飛んで来て下さったのです。幸い大事には至らなかったのですが、かなり低下した視力に対し再手術可能で片目だけでもかなり効果があること、手術費用も以前よりは安くなったこと、やりたくなったら何時でも相談にいらして下さいとの助言を頂きました。帰宅後、再手術への思いが高まり数ヵ月後、再び手術手帳を手にも来院。今度は奥山先生が検診をさぼり続け緊張している私に、この手帳持って来て下さると助かりますと笑顔で仰って下さいました。検査の結果、まず右目の手術を行い経過を見る事とし、連休を利用し再手術。手術過程は前回と変わらないものの、術後、前回には無かった保護コンタクトレンズを入れることで、痛み、辛さは比較にならない程軽減されていました。その1年数ヶ月後には左目の再手術。この時は年齢を考慮し、敢えて近視を残す処置をして頂きました。多少、遠くは見辛いこともありますが、このお陰で手元が大変楽なものとなりました。趣味の歌舞伎・演劇鑑賞の際は遠方用の眼鏡、仕事中はパソコン用眼鏡と使い分け、それ以外は、最初の手術から20年が経とうとしている現在でも裸眼で生活出来る幸せを味わっています。絶望的な状況から救い出して下さった先生、スタッフの皆様には感謝の気持ちで一杯です。最強度近視の方も決して諦めず、より多くの方にこの幸せを満喫して頂きたいものです。

■院長奥山から

スーパーPRKを受けた後、普通の生活に眼鏡が要らなくなって良かったですね。必要に応じて眼鏡も補助的にお使い下さい。

お子さんの近視対策について

オルソケラトロジー

オルソケラトロジーは就寝前にオルソレンズという矯正コンタクトレンズを装着し、起床時にレンズをはずすだけで、日中は裸眼で過ごすことが出来る新しい近視矯正法です。今までのコンタクトレンズとは逆の使い方、特殊なデザインの高酸素透過性ハードコンタクトレンズです。オルソレンズを夜間に装着することにより、角膜の形状が変化し、レンズをはずしても角膜の形状は維持され、日中は裸眼で過ごすことが可能となります。

オルソケラトロジーの安全性

オルソケラトロジーは米国で30年以上研究・施術され、現在アメリカ・ヨーロッパを中心に、世界各国で安全性と効果が認められております。レーシック等の外科手術と異なり、レンズの装着を中止すれば、角膜の形状は元に戻りますので、安心してお使いいただけます。また、日中装用のコンタクトレンズとくらべても、夜間の装用なので、ほこりが目に入らず、紛失する心配が減るなど、安全・快適にお使いいただけます。夜間装用しているので夜間災害に遭遇しても慌てずに避難できます。

こんな方にお薦め！4つのメリット

メガネやコンタクトレンズが煩わしい方へ
コンタクトレンズの不快感から解放されたい方へ！
裸眼でスポーツを楽しみたい方へ
外科的手術のレーシックや眼内レンズをインプラントすること等に抵抗がある方へ

取り扱いは簡単！
レンズの取り扱いは一般のハードコンタクトレンズと同様です。
また、夜間装用なので、日中装用のようにホコリやゴミなどが目に入ることもなく目への負担やレンズを破損・紛失するリスクも少なくなります。

奥ノ山医院（参宮橋アイクリニック） 来院のご予約方法

完全予約制 予約電話：03-3411-0005

■ 受付時間：月～土（午前）9:30～11:30
（午後）13:30～17:30

■ 住所：東京都世田谷区下馬2-21-26
■ 交通手段

電車 東急田園都市線 三軒茶屋駅（南口出口より徒歩7分）
東急世田谷線 三軒茶屋駅（徒歩10分）

バス 東急バス・小田急バス・三軒茶屋駅（徒歩10分）

HP <http://www.sangubashi.com/>



ホームページに最新情報を定期的に更新いたします。
ぜひご覧ください。

