眼科専門医による患者様説明用ガイド

加齢黄斑変性症の
ご理解と治療・生活ガイド

目の大切な部分「黄斑」を守り、安心した毎日を送るために知っておきたい基礎知識とこれからのステップをご案内します。

加齢黄斑変性症（AMD）とは？

目の「黄斑」の役割

「黄斑（おうはん）」は、目の中でカメラのフィルムの役割を果たす「網膜」の中心にあります。

物の形や色をくっきりと見分ける最も重要な場所であり、読書や人の顔を識別するために欠かせない部位です。

症状が起こる仕組み

加齢などが原因で、黄斑の下に水分がたまったり、異常な弱い血管（新生血管）が発生することがあります。

早期に発見して適切な治療を継続することで、視界の歪みや低下を防ぎ、現在の見え方を守ることができます。

早期発見と定期診察の大切さ

見え方の変化は、片方の目ずつ確認することがとても大切です。

- **早期発見がポイント：** 早期に対応を始めることで、良好な視力を維持しやすくなります。
- **片目でのチェック：** カレンダーや格子状の線（アムスラーチャート）を片目ずつ見て歪みがないか点検します。
- **定期的な画像検査：** OCT（光干渉断層計）などの最新検査で、網膜の断面を正確に把握します。

主な治療法と感染予防対策

抗VEGF薬による注射

黄斑のむくみや異常な血管を抑えるため、目の硝子体内（眼球内）に直接お薬を注入します。

【代表的な商品名】
アイリーア、ヴァビースモ、ルセンティス

抗生剤点眼による安全確保

注射の前後には、目からの細菌感染をしっかり防ぐための抗生剤点眼を使用します。

【主な使用薬剤】
LVFX（レボフロキサシン点眼液など）

計画的な継続治療

お薬の効果を長く維持するため、定期的な点眼やスケジュール通りの再診がとても大切です。

治療の流れと通院スケジュール

ステップ 1：精密検査

視力検査やOCT検査で網膜の状態を詳しく調べます。

ステップ 2：事前点眼

注射前にLVFXなどの抗生剤をしっかり点眼します。

ステップ 3：硝子体内注射

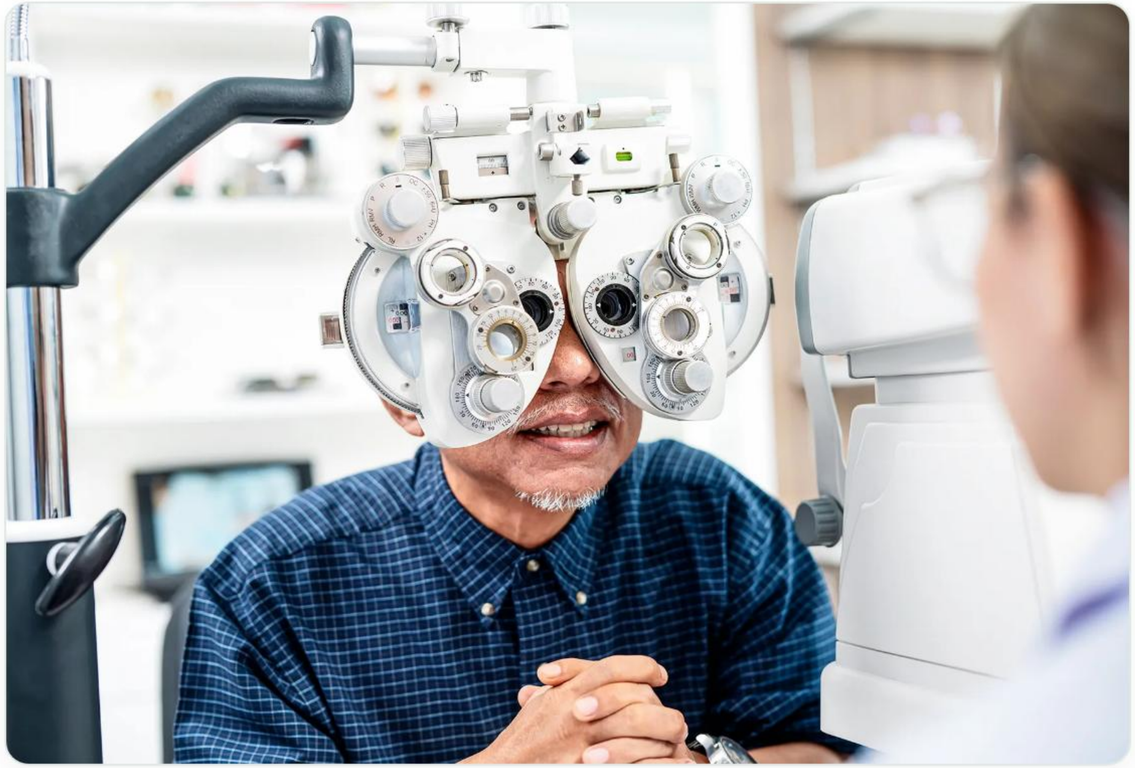
アイリーア等の注射を眼科処置室で行います（短時間）。

ステップ 4：経過観察

定期診察と自宅でのセルフチェックで良好な視力を維持。

日常生活のアドバイス

- **禁煙の徹底：** タバコは黄斑変性の大きな危険因子です。禁煙は視力を守る第一歩です。
- **紫外線対策：** 屋外ではサングラスやつばの広い帽子を着用し、目を光の刺激から守りましょう。
- **栄養バランスの取れた食事：** ルテインや抗酸化作用を持つ緑黄色野菜（ほうれん草・ブロッコリーなど）を積極的に摂りましょう。
- **自宅でのセルフチェック：** 片目ずつ格子模様を見て、歪みや暗く見える場所がないか確認しましょう。



患者様説明文書（お渡し用全文）

現在の状態

ご安心ください。目の奥にある大切な膜（黄斑）に少し変化が見られますが、早期に発見できたことで、今後の見え方を守るための適切な対応をスタートできます。加齢黄斑変性症は、加齢に伴い網膜の中心部に新しい異常な血管ができ、視界が歪んだりかすんだりする病気です。早期治療により進行を抑えることが十分可能です。

今後の治療・生活のアドバイス

治療では、原因となる血管の成長を抑えるアイリーアやヴァビースモなどの目薬注射（硝子体内注射）を定期的に行います。注射の前後は感染予防のためLVFXなどの抗生剤点眼をしっかり使用しましょう。生活面では、禁煙やサングラスでの紫外線対策、ルテインを含む緑黄色野菜の摂取が効果的です。また片目ずつカレンダー等を見て歪みを点検するセルフチェックを習慣にしてください。

結びの言葉

何か不安なことや見え方の変化があれば、いつでも気兼ねなくご相談ください。私たちが一緒にお悩みを解消し、大切な見え方を守ってまいります。

※ 本説明文はAIにより生成され、医師が内容を確認・承認しました。薬剤名は商品名、抗生剤は略語で記載しています。実際の処方名と異なる場合があるので確認お願いします。
※ 本レポートの作成にあたり使用したデータおよび出力結果には、特定個人を識別できる情報（個人情報）は一切含まれておりません。
※ 本レポートのデータは、医療の質向上や診療支援のためのAI分析・臨床研究に、匿名化した上で使用される場合があります。利用の拒否を希望される場合はお申し出ください（拒否による診療上の不利益はありません）。

ご質問やご不安な点は
いつでもご相談ください

地域の皆様の目の健康と健やかな毎日を、専門医として温かくサポートいたします。

眼科クリニック 診療・相談窓口

診察時間：9:00〜12:30 / 14:30〜18:00（水曜・日曜休診）

Image Sources

https://www.aucklandeye.co.nz/wp-content/uploads/2023/09/eye-exam.jpg

Source: www.aucklandeye.co.nz

---

https://img.lb.wbmdstatic.com/vim/live/webmd/consumer_assets/site_images/article_thumbnails/BigBead/how_to_keep_your_eyes_healthy_bigbead/1800x1200_how_to_keep_your_eyes_healthy_bigbead.jpg

Source: www.webmd.com