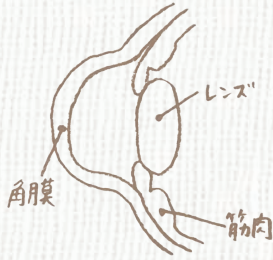


5

じゃあ、遠視や乱視や老眼になるのはなぜ？

<遠視>就学前から小学校の低学年では遠視の子が多いといわれています。この時期の目は発達の途中で、見ようと努力をしないとうまくピントが合わないことが多いんです。見ようと努力しなければ近くも遠くも見えにくい遠視の状態になっています。



ふつうは成長に伴って遠視は軽くなり、特に意識しなくてもピントが合うようになりますが、強い遠視がある場合は見ようと努力してもピントが合わず、モノを見る力が健全に育たないこともあります。子供は遠視であっても何も訴えないことが多いので、成長期には眼科医の検査を受けることが大切です。遠視が弱ければ子供の時は問題ありませんが、大人になるとピントを合わせる力が衰えてきます。目がとても疲れやすくなり、頭痛や肩こりの原因となることがあるので、そのような症状のある人は早目に眼科医に相談してみましょう。

<乱視>黒目をおおっている角膜や目のレンズ(水晶体)にゆがみがあると、網膜の上に像を正しく映し出すことができません。これが乱視です。わずかなゆがみは誰にでもあります。モノがはっきり見えにくかったり二重に見えるなどの症状が出たら、早めに眼科医に相談しましょう。

<老眼>目のレンズは年齢とともに硬くなります。そのために、近くのモノを見るときに目のレンズを十分厚くすることができず、近くが見えにくくなった状態を老眼といいます。近くのモノが見えにくくなるだけでなく、頭痛や肩こりなどの原因になることがあるので、腕を伸ばして新聞を読むようになったらヤセガマンは禁物。早めに老眼対策をしましょう。

