



いなぐま整形外科 クリニック

[ホーム](#)[お知らせ](#)[所在地](#)[診療時間](#)[院長略歴](#)[院内紹介](#)[いなぐま通信](#)

【いなぐま通信】

白内障

60才代で70%、70才代で90%の方に**白内障**の症状があるとされています。いなぐま通信では常々転倒、骨折予防や日常運動能力の維持改善などをテーマに上げています。転倒や骨折を予防するには筋力、柔軟性、バランス感覚が必要です。そのなかでも**バランス感覚には目が重要な役割**を担っています。目をして片足で立ってみたり、暗闇のなかで立ったりすると途端に不安定になります。目からの情報が大事なんですね。

このように大切な目ですが白内障になると…
カメラのレンズにあたる**目のなかの水晶体**がにごります。

(症状)

・視力の低下 ・目のかすみ ・まぶしく感じる など

(治療)

薬をつかう方法と手術をおこなう方法があります。
一度にごった水晶体はもとの状態に戻ることはありません。
・薬物療法では目薬をつかいますが、にごりをなくすわけではなく、白内障の進行をおくらせることが目的となります。
・手術ではにごった水晶体を取り出し、代わりにレンズを入れます。
最近では手術の時間が10分程度で、条件が揃えば日帰りで退院することもできるようです。

(予防)

目の調子がおかしいと感じたら眼科を受診しましょう。

バックナンバー

[2008/12号 白内障](#)[2008/11号 低血圧](#)[2008/10号 高血圧](#)[2008/9号 血圧](#)[2008/8号 水2](#)[2008/7号 水1](#)[2008/6号 続なおる？](#)[2008/5号 なおる？](#)[2008/4号 肘の痛み3](#)[2008/3号 肘の痛み2](#)[2008/2号 肘の痛み1](#)[2008/1号 認知症予防2](#)[過去のものはこちらから](#)

ここ大事！・糖尿病の予防 ・緑黄色野菜、果物をとる ・禁煙

完全に白内障を予防することはできませんが、
早期発見が進行を遅らせる大事なポイントです。

Copyright(C) 2004 Inaguma Orthopedics Clinic All Rights Reserved.