

子どもの視力・目について

乳幼児から小児期、小中学生において対応しなければならない目の疾病は異なります。新生児期であれば産科小児科で眼科受診を促すことが多いと思います。

乳幼児から小学校入学前までの子供の視力の発達において重要なのは、先天的な目の病気や斜視、弱視を家族や周りの大人が気付いてあげることです。

家庭で視線が合わないことや目の位置がずれているということで眼科受診のきっかけになります。



一般的に初めての視力検査は3歳児健診だと思えます。津山市の3歳健診では、視力検査に加えてフォトスクリーナーという眼科クリニックで使用する検査機器と同等の屈折検査機器が導入されています。

そのため、遠視や近視などの度数左右差が大きい場合に生じる不同視弱視や両目とも遠視や近視、乱視が強くて早期に眼鏡装用が必要になるような屈折異常が検出されやすくなっており、眼科での精密検査につながりやすい環境が整っています。

不同視弱視とは、片目はよく見える度数でもう一方の目は遠視や近視が強くて視力が発達しない状態のことです。3歳児健診で発見されるのは珍しくない病態だと思えます。眼科でしっかり検査を行い必要な度数の眼鏡をかけてアイパッチを使い視力の悪い目に視覚刺激を与えて視力の発育を促すという治療と訓練が行われます。日常生活でのアイパッチや眼鏡装用が大切ですので家族の協力と努力が欠かせません。

両目とも遠視や近視、乱視が強くて早期に眼鏡装用が必要な場合にも家族の協力が欠かせません。屈折異常は早期発見し早期に対応することで、将来的にその子が困らない環境を整えてあげることが大切です。特に遠視が強い場合には斜視をとともうことも珍しくないため斜視の治療を並行して行う場合もあります。

3歳児健診で問題なく過ごしてきた子供たちが小中学生になり学校検診で近視や乱視による視力低下を指摘されてきます。近くを見る時間が長いから近視が発生しやすいという意見は昔から存在しています。近視や乱視は目の形状により角膜表面のカーブであったり目の奥行（眼軸長）によって生じます。近くをみる生活習慣よりも体質、遺伝素因による近視発生の原因となっている割合もそれなりに存在すると思えます。毎年健診で視力低下を指摘され眼科受診する子供たちの眼軸長を測定すると少しずつ眼軸が伸びているケースがあります。それは身長や体格が変化すると同様に目の大きさも変化しているためです。近くを見る時間が長いと目の大きさを変化させやすく近視進行させやすいという意見も最近はあります。近視進行の抑制効果をうたった目薬もありますがハッキリとした効果の判断には至っていないようです。



近視や乱視などによる裸眼視力低下は、本人が生活のなかで不便を感じるようになれば眼鏡やコンタクトレンズによる視力矯正を行えば良いです。本人が望む時期に眼鏡やコンタクトレンズを使い始めれば良いと思います。眼鏡やコンタクトレンズを使い始めたから度が進むということはありません。



一部の病気を除いたほとんどの近視や乱視の進行は20歳から25歳ころには度数進行が止まります。それは体の成長とよく似ていると思います。子供たちがスポーツや体育のときに眼鏡を破損したり眼鏡装用がむづかしい場合には、コンタクトレンズを使えば良いと思います。コンタクトレンズは危ないと考えている方もいますが、正しく使えばコンタクトレンズは非常に安全です。最近では、夜間睡眠時にレンズ装用して日中は裸眼で過ごすこともできるコンタクトレンズもあります。



早期に弱視や斜視を発見し治療することはとても大切です。

また学童期の子供の見え方を理解して正しい方向に導いてあげれば日常生活で視力に困ることなく過ごせる時代になっていると思います。

つやま山下眼科 院長 山下 順

お問い合わせ先：津山市健康増進課 TEL 0868-32-2069