

まはんだより

10月 西中学校

10月10日

目の愛護デー

こんな症状はないですか？ = 症状からみる眼の病気 =

① 目が腫れる

▽麦粒腫 (ばくりゅう)

俗に言う「ものもらい」や「めばちこ」
まぶたに存在するまつ毛の毛根や
汗を出す汗腺にば菌に感染し
炎症を起こし腫れ、まぶたが赤く
痛みがあります。

▽霰粒腫 (せんりゅう)

「めいぼ」とも呼ばれます。
その名の通り、まぶたに球状のしこりが
できます。目に油を分泌するマイボム腺
が詰まってしこりになります。
慢性炎症すると痛くなります。

③ 目が赤くなる

▽結膜炎

白目の表面の血管が充血して鮮紅色

▽球結膜下出血

白目の下にある細い血管から出血して
結膜下に広がります。
白目の一部が一様に真っ赤になります。

② 目やにが出る

▽結膜炎

細菌やウイルス
などが原因です。

主な症状は目やにのほか
充血や異物感です。

朝おどき
目がくっついて
開けられない

④ 目が かゆい

▽アレルギー性 結膜炎

目のかゆみで真先に考えられるのは
花粉症で知られるアレルギー性結膜炎!!
花粉のほかにもペットの毛やダニ、
ハウスダスト、化粧品、特定の食べ物
などが原因となります。

▽眼瞼炎 (がんめんえん)

まぶたに炎症が起きてかゆみしたり
湿疹が出たり赤みが出たりします。
まつ毛の生え際の原因があり炎症
することもあれば、まぶたの皮フに
問題があり炎症することもあります。
細菌、ウイルス、化粧品、薬品
アレルギーなどが原因です。

ドライアイに気を付けよう

ドライアイって？ ⇒ 涙の量が少なくなったり
成分バランスが変化して目が乾燥し、
目の表面に傷がついたり障害が生じたりする。

ドライアイの原因

- ① 目の酷使 ⇒ TVやスマホなどOA機器の長時間の使用、
ストレス、過労、紫外線の影響 など
- ② 目の乾燥 ⇒ エアコンなどによる室内の乾燥、空気の乾燥など
- ③ コンタクトレンズの過剰使用 ⇒ 長時間の使用 など
- ④ 加齢
- ⑤ 病気に伴うもの
- ⑥ 薬の影響 など



症状

- ① 目の乾き
- ② 異物感
- ③ 目の疲れ
- ④ 目のかすみ
- ⑤ 充血
- ⑥ 涙が止まらない
- ⑦ 痛み
- ⑧ まぶしい
- ⑨ 目やにが出る
- ⑩ 目が開けにくい など

対処法

- ① 目を休ませる。1時間に10分の割合で休息を。
- ② 蒸しタオルなどで目の周りを温めて血行を良くする。
- ③ まぶたの回数を意識的に多くする。
- ④ 目の周りをマッサージする。

充血して熱を
もたそうときは
軽く冷やすとい
です。

病気の症状は複数あったりします。

「おかしいな、いつもと違うな」と感じたら早目に受診しましょう



涙はリラックス状態のときに増える。
そのため週末のお休みには症状が軽くなることもよくあります。