

健康 アドバイス

動脈硬化と眼

動脈硬化が身体に様々な影響を及ぼすことは皆さんご承知だと思いますが、眼にも影響があるのはご存じでしょうか？

動脈硬化とは？

喫煙や運動不足、肥満、ストレスなどの生活習慣が積み重なると血管の内側にコレステロールがたまって血液の通り道が狭くなります。こうなると、血管の弾力が失われてくるため血圧が上がります。これが「高血圧」で動脈硬化の入り口といえます。

高血圧だけの段階であれば生活習慣の改善によって血圧もさがり健康状態もよくなってきますが、高血圧の状態を放置していると動脈硬化を引き起こしてしまいます。さらに動脈硬化を起こしてしまった血管は現在の医学ではもとにもどすことはできないので要注意です。

眼は血管の窓

私たちの身体には毛細血管がたくさんあります。動脈硬化はまず毛細血管に影響を与え、さらに進行すると太い血管にも影響を与えてしまいます。

網膜の血管は非常に細かい毛細血管であるため動脈硬化や血流の影響を受けやすく、さらに血管の状態を直接見ることができる唯一の器官です。そのため眼の血管に動脈硬化が生じているということは全身の血管にも動脈硬化が生じていると推測できます。

それでは動脈硬化が眼にどのような影響を及ぼすのかご紹介します。

網膜静脈閉塞症

網膜では動脈と静脈がいたるところで交差しています。例外はありますがほぼ全ての血管は静脈の上に動脈が通っており、そのため動脈硬化により動脈が硬くなるとその下にある静脈を圧迫して静脈の血流が悪くなり血栓ができるのです。この状態が続くと眼球内の血液が外に出

られなくなって眼底出血や浮腫を起こします。これを「網膜静脈閉塞症」といいます。

眼底出血を起こすと出血している部分の視野が欠けたり、出血で視界に黒い影が見える「飛蚊症」という症状が現れます。とくに網膜の中心部分は最も視力と関係しているのものでその部分に出血や浮腫があると視力は極端に低下してしまいます。

静脈の中心部分が詰まる場合を網膜中心静脈閉塞症といい、網膜全体の血流が悪くなるため網膜の広い範囲に影響がでます。

中心以外の部分が詰まる場合を網膜静脈分枝閉塞症といい、どの部分が詰まるかによって症状や所見は違ってきます。

網膜動脈閉塞症

先ほどの網膜静脈閉塞症と名前が似ていますが、つまり今度は動脈硬化で動脈そのものが詰まってしまった場合です。

名前は似ていてもこちらの方がずっと深刻です。動脈は栄養をたくさん含んでいる血液なのでこれが詰まるとその先の血管には栄養が届かなくなり、栄養が足りなくなった細胞は次々と死んでしまい生き返ることはありません。この現象が心臓で起こると心筋梗塞、脳で起こると脳梗塞になるのです。

眼で起こった場合網膜にある視細胞という「見る」のに必要な細胞が死んでいくのでその部分の視野が欠ける症状が現れます。そのためできるだけ早く処置を行なうことが大切で時間との勝負になります。早急に処置して血流が再開できれば欠けた視野はもどる可能性があります。

動脈閉塞も中心が詰まると網膜中心動脈閉塞症。それ以外の場所が詰まると網膜動脈分枝閉塞症となりますが、中心が詰まってしまった場合はさらに緊急の対応が必要になります。網膜中心動脈閉塞症の場合は瞬く間に視界が真っ暗になってしまうので、その場合は即座に眼科を受診して下さい。

血管が詰まっても再び自力で流れたす場合があります。が、やはり日頃の生活習慣を改善したり、医師に処方された薬を忘れずちゃんと飲むという「予防」が大切です。

正常眼底写真

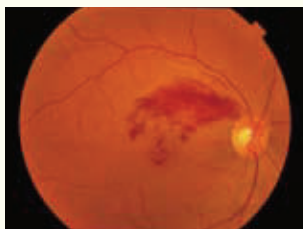
白い矢印の部分は視神経乳頭といいここが血管の中心部分であり、出入口になります。

水色の矢印は視力の最も敏感な部分で、ここが侵されると視力低下をきたします。



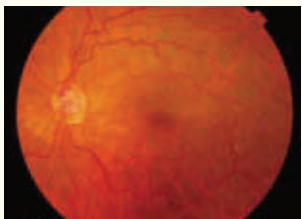
網膜静脈分枝閉塞症

視神経乳頭の近くで血管が詰まり出血を起こす。



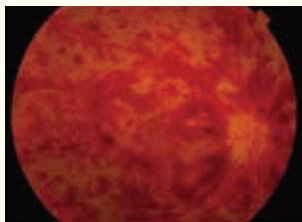
網膜中心静脈閉塞症 初期

血管の中心部分が詰まり、血液が眼の外に流れにくくなって血管が蛇行している。



網膜中心静脈閉塞症 後期

初期の状態が続く静脈の血管が破れていろいろな箇所出血が起こる。



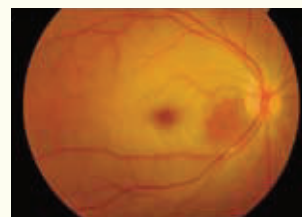
網膜動脈分枝閉塞症

下方の動脈に血流が完全になくなっていて、血管が白く見える。



網膜中心動脈閉塞症

眼の中に新しい血液が入ってこず、網膜が酸欠状態になり白っぽくなっている。



治療と予防

治療は内科的治療と眼科的治療を併用する場合がありますが、内科的治療のみの場合もあります。

静脈閉塞の場合は動脈の血流は保たれるので細胞が死なずに、酸欠状態を改善しようと新しい血管(新生血管)を作り始めることがあります。しかしこれは非常にもろい血管ですので出血しやすく、できて喜ぶべきものではありませんし、それどころか眼底にレーザーを打つ治療が必要になります。

出血に関しては血液をさらさらにする薬を内服し、自然にひくの待ちます。

動脈閉塞に関しては、酸素がなくなることで細胞が死んでしまうので新たに血管を作ることにはまれですが、重篤な視力障害を伴う場合も多くあるので恐ろしい病気です。

最後に

何度も言いますが、血管の病気は全身に起こってくるので予防が最も大切なことです。

幸い眼の血管が詰まることは直接命に別状はありません。ですが、血管が詰まるのがもっと命に係わる場所だったらと思うと恐ろしいですね。

自分だけでなく、自分のことを心配してくれているご家族やご友人のためにも、改善できることは改善し、治療が必要な場合はちゃんと通院する。何か疑問や不安なことがあるならどうぞ主治医に聞いていただき、心身共に診ていただいでください。