

第27回 日本眼科記者懇談会

【全身疾患と関連する目の病気】

糖尿病・高血圧と目の関係

愛知医科大学 眼科

かめい もとひろ

瓶井 資弘

6月13日 2023年 Web開催（東京）

利益相反開示

F

日本アルコン

ノバルティスファーマ

バイエル薬品

千寿製薬

HOYA株式会社

参天製薬

興和創薬

大塚製薬

わかもと製薬

R

ノバルティスファーマ

参天製薬日本アルコン

千寿製薬

HOYA株式会社

バイエル薬品

興和創薬

わかもと製薬

中外製薬

C

千寿製薬

HOYA株式会社

SONY

中外製薬

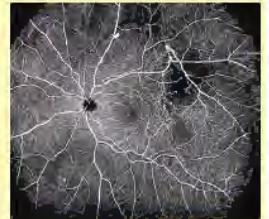
Daicel

アステラス製薬

（すべてClass II またはⅢ）

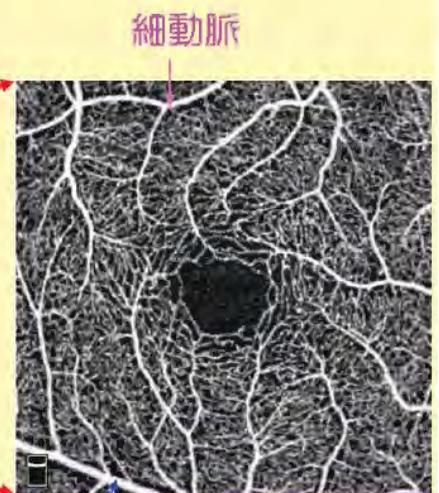
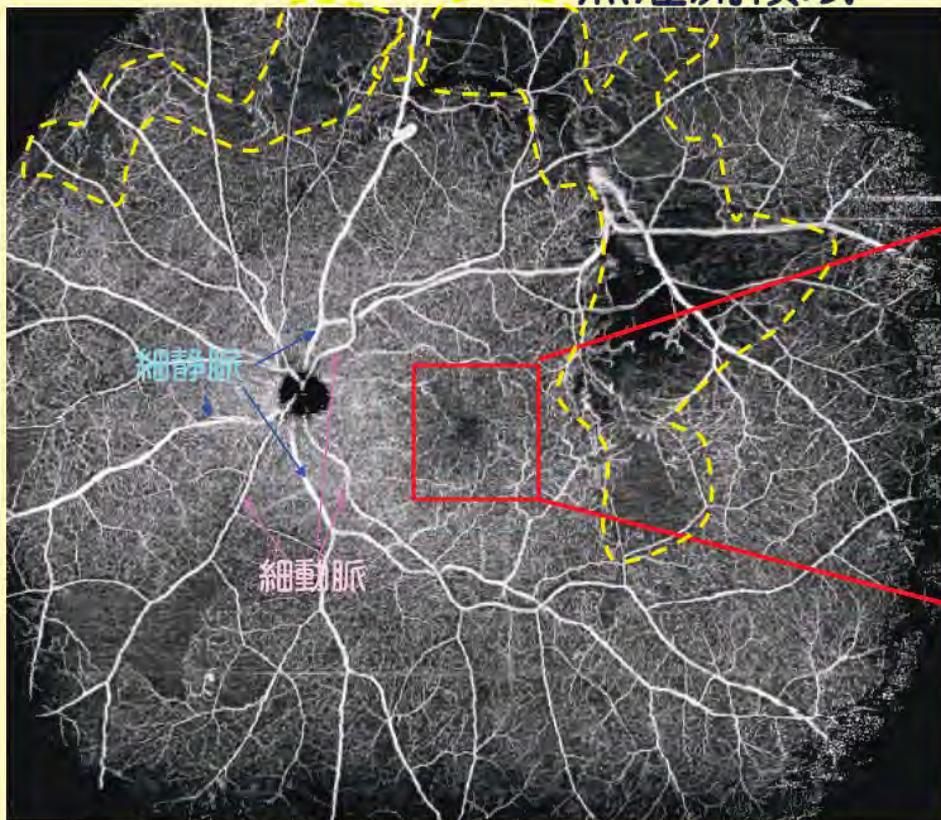
糖尿病・高血圧

- 生活習慣病の代表
- 血流障害（血管が詰まる）＝虚血（酸素不足）が主たる病理
 - ◆ 糖尿病3大合併症：シメジ（神経・眼・腎臓）
 - ◆ 高血圧（動脈硬化）：脳卒中・心筋梗塞
- 眼の中でも、**網膜**は血管がびっしり
 - 細動脈／細静脈 & 毛細血管（毛細血管網）

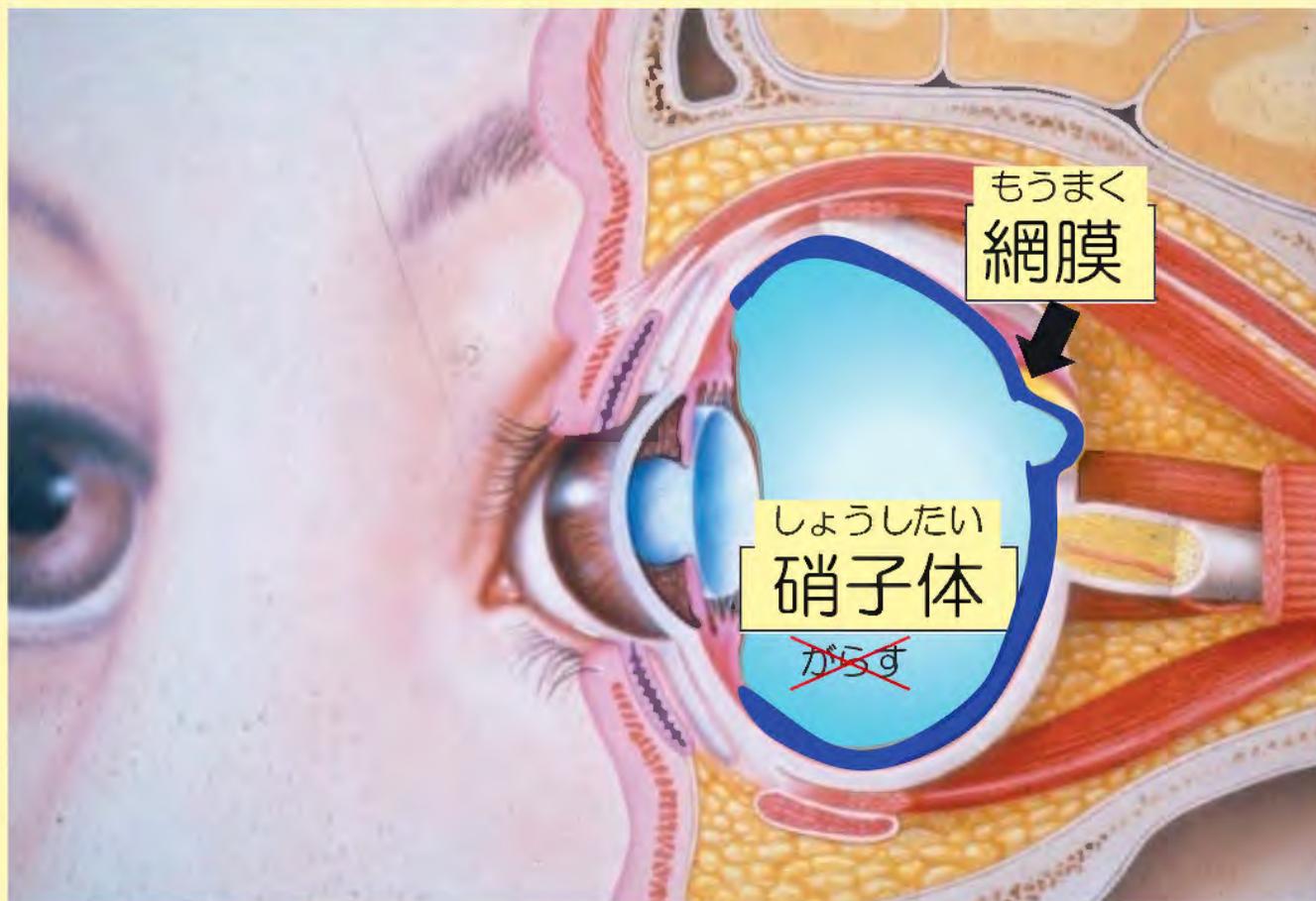


網膜は血管がびっしり

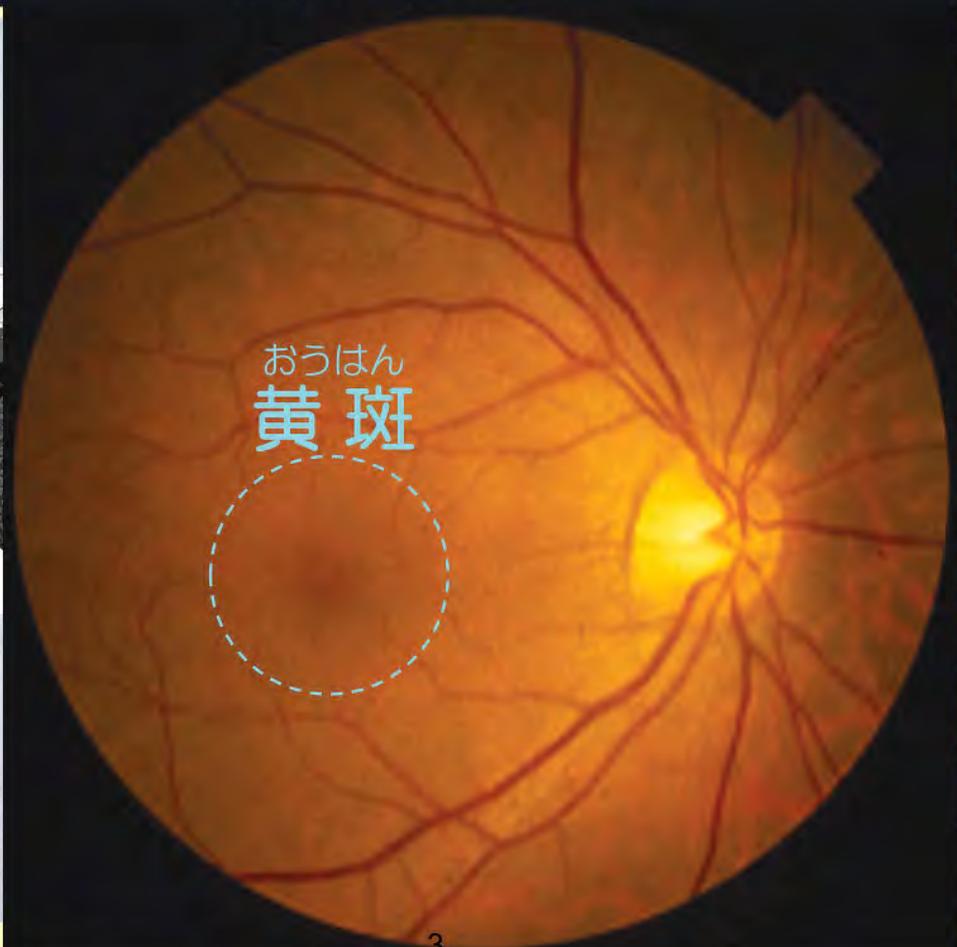
無灌流領域



網膜 = 眼底とは



眼底写真



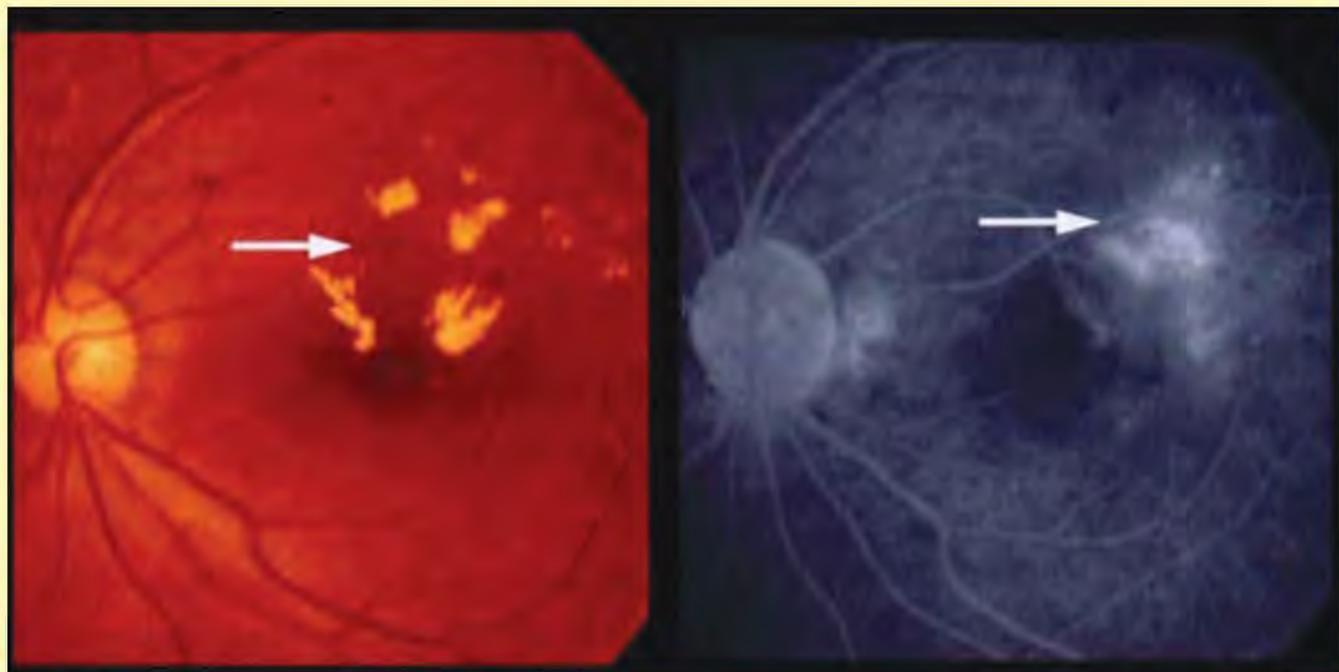
眼底出血

- 糖尿病網膜症 → 手遅れになると失明
- 網膜静脈閉塞症（動脈閉塞症） → 失明することもある
- 網膜細動脈瘤 → 失明することはまずない
中心が見えないので、法的失明（眼鏡をかけても0.1以下）。

など

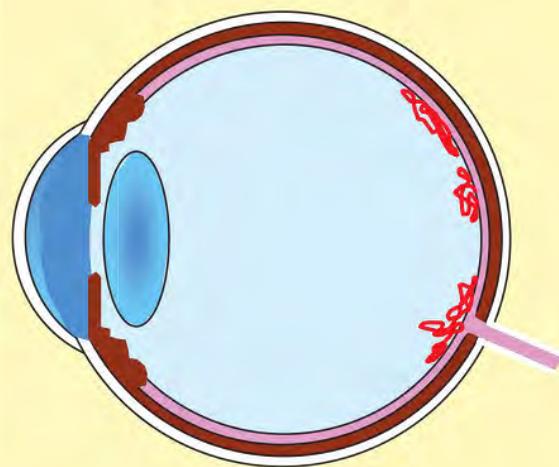
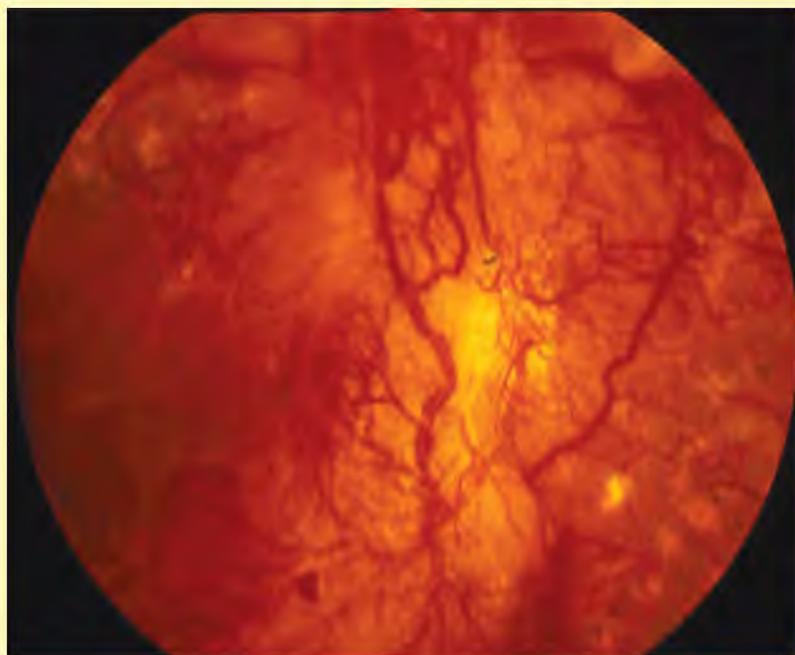
糖尿病網膜症

糖尿病網膜症（軽症～中等症）



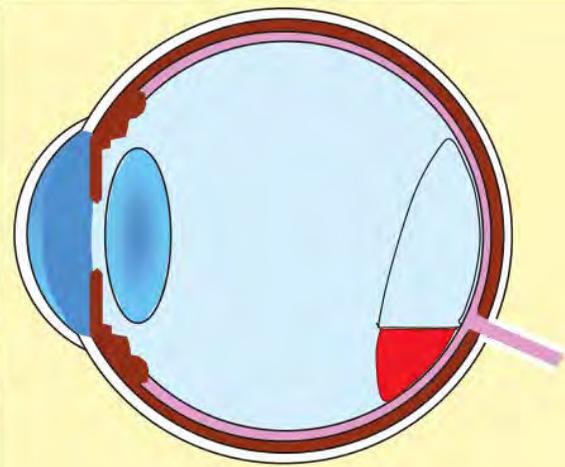
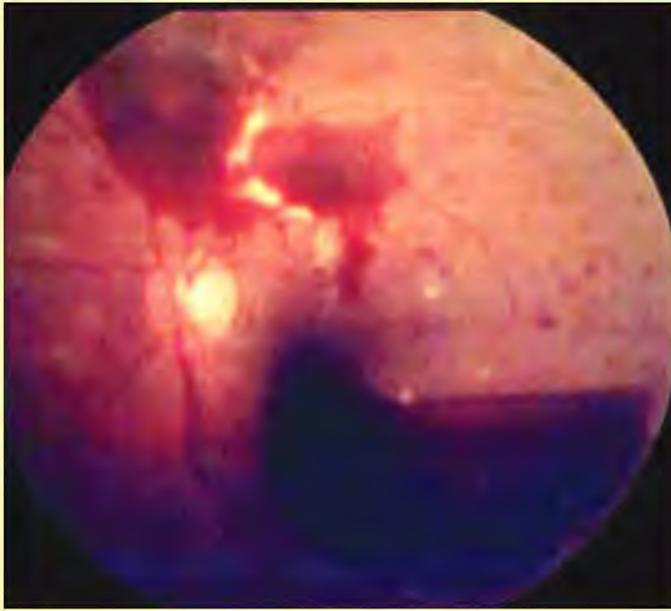
視力 0.8

網膜前出血（重症）



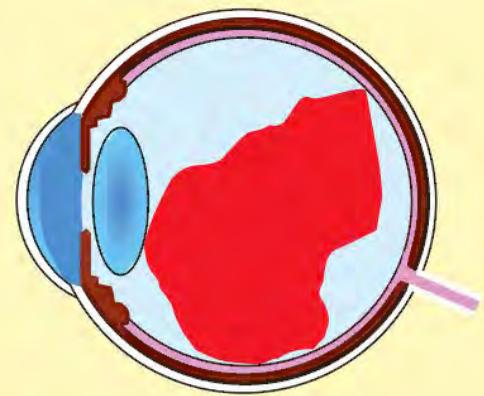
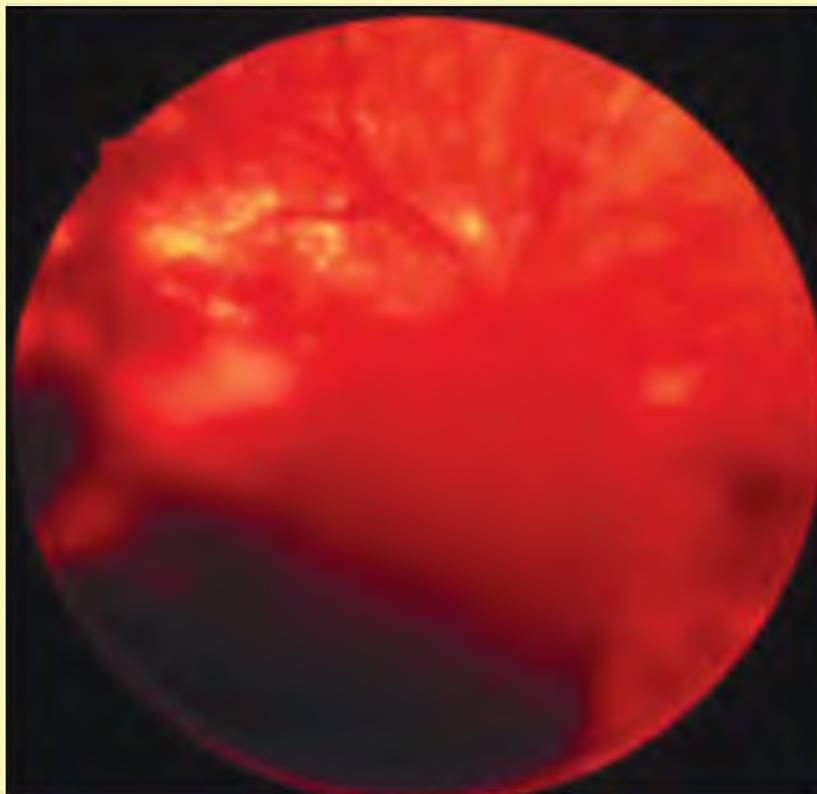
- 視力がいい人もいる

網膜前出血 (重症)



- 一部見えない所がある
- 中心にかかると視力落ちるが、かかっていないと視力は良いことが多い

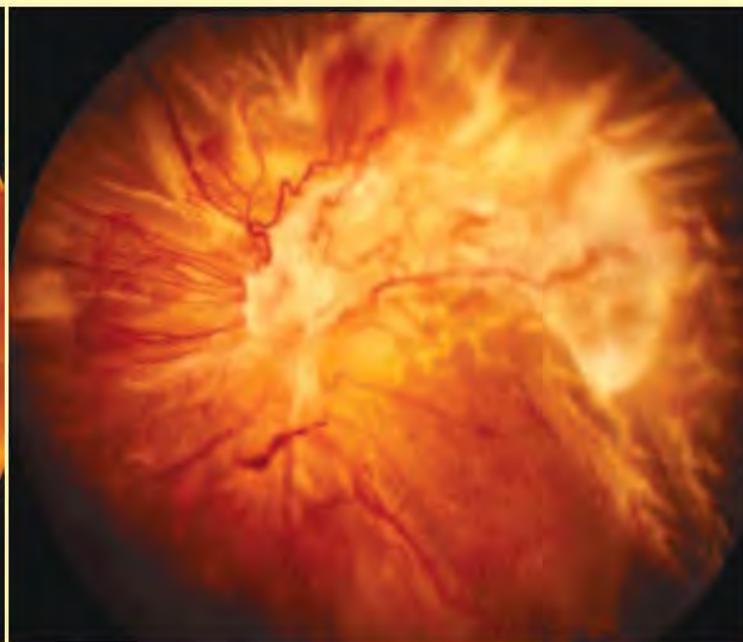
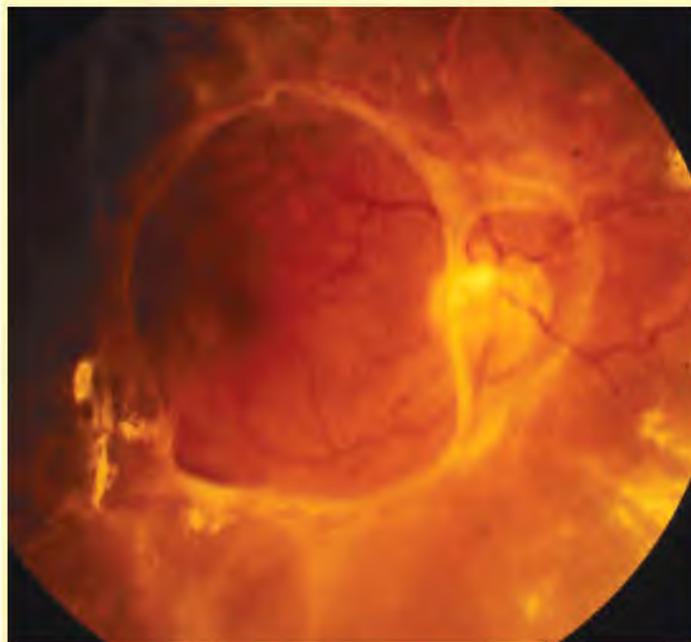
硝子体出血 (重症)



- 墨を流したように黒く見えなくなった
- ワカメのようなゆらゆら揺れる黒い影

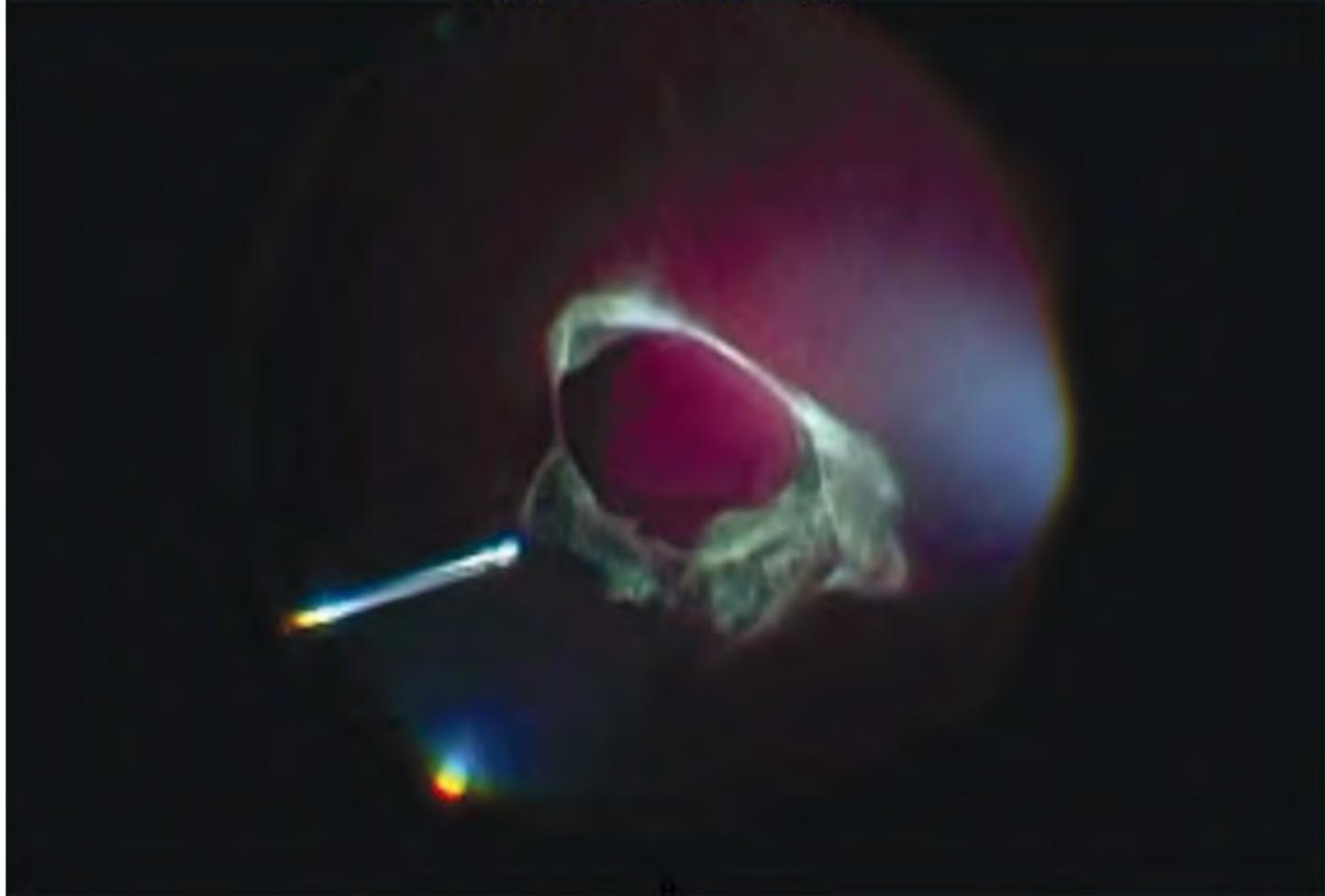
視力 手動弁

牽引性網膜剥離 (最重症)

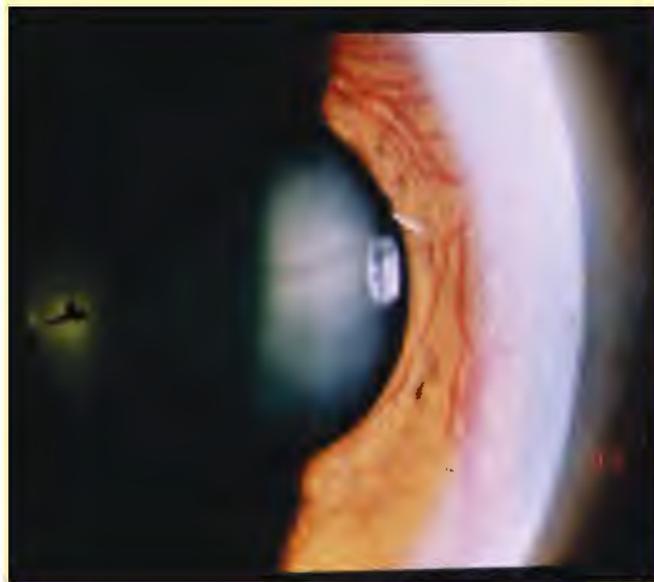


- 視野が欠ける
- 視力低下

硝子体手術



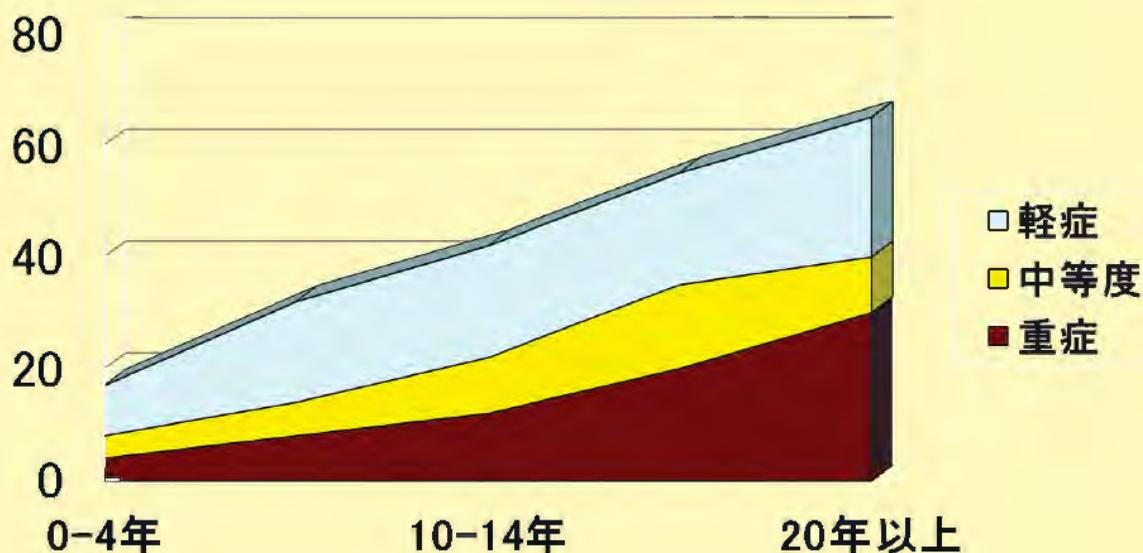
血管新生緑内障 (最重症)



- 虹彩（茶目）にまで新生血管が生える
- 眼圧が上がり、数か月～数年で失明
- 治療困難（特に隅角閉塞期に進行すると）

糖尿病網膜症の発病率

（厚生省糖尿病調査研究班1991年）



糖尿病網膜症の進行

◎無網膜症

◎単純糖尿病網膜症 ——— 軽症

◎前増殖糖尿病網膜症 ——— 中等度

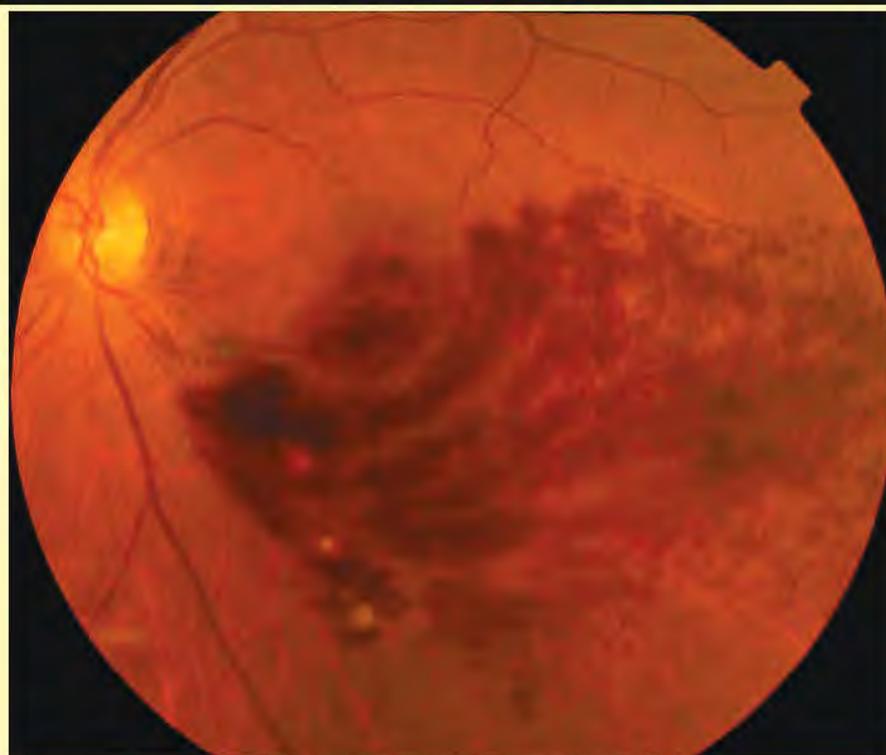
◎増殖糖尿病網膜症 ——— 重症

自覚症状
なし

少し見にくい
失明

網膜静脈閉塞症

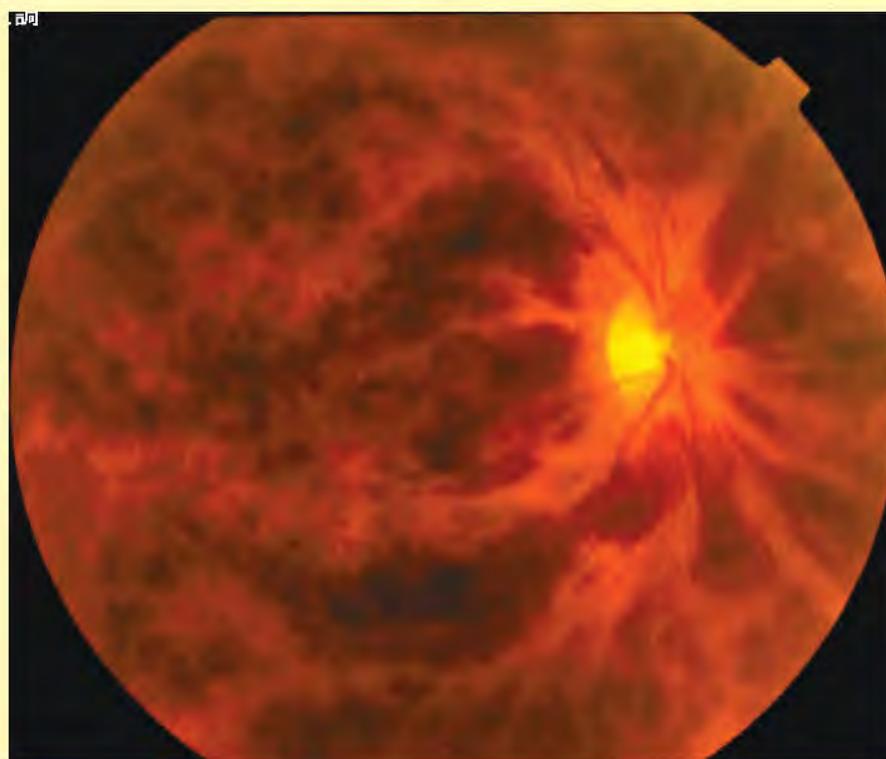
網膜静脈分枝閉塞症



- 上（か下）
半部分が薄暗い

視力 0.4

網膜中心静脈閉塞症

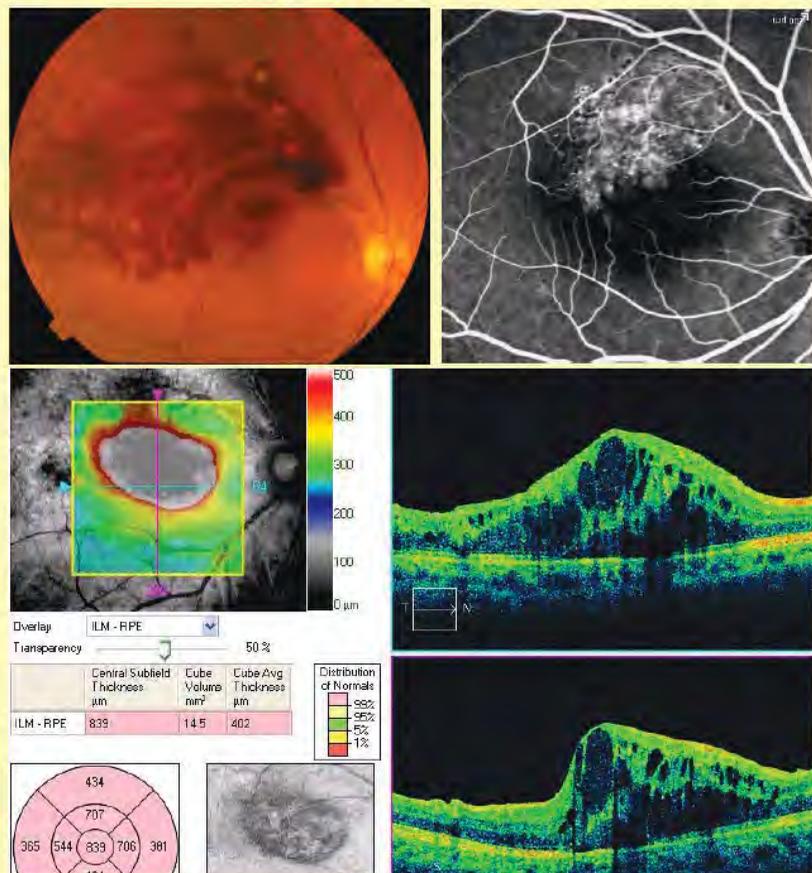


- 黒く見えない
部分が、あち
こちに見える
- 全体に暗い

視力 0.1

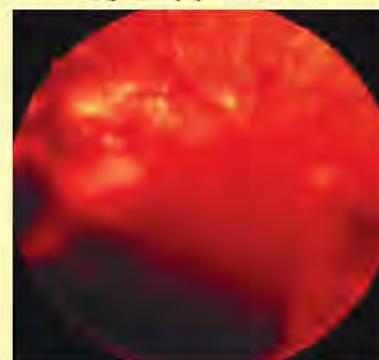
視力低下

黄斑浮腫

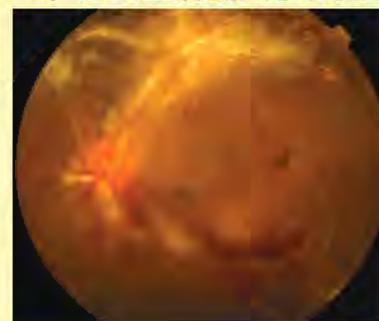


(数年後 数%)

硝子体出血

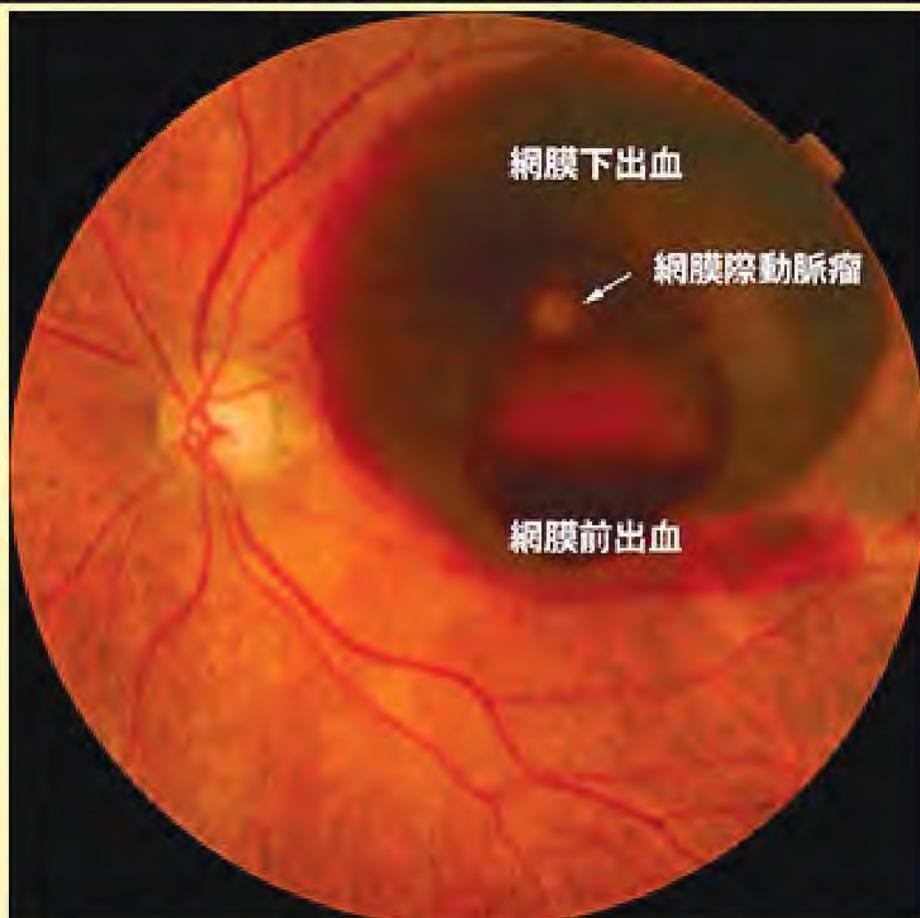


牽引性網膜剥離



網膜細動脈瘤

網膜細動脈瘤



眼底出血の予防法

眼底出血の原因は？

- 糖尿病
- 高血圧・動脈硬化

= 生活習慣病



生活習慣の改善

- 健康的な食事
 - ✓ カロリー 控えめ
 - ✓ 塩分 控えめ
 - ✓ コレステロール 控えめ
- 適度な運動
- ストレス発散

あなたとあなたの大切な人のために Keep your A1c below 7%

血糖コントロール目標(2013年6月1日以降)

<7%
熊本宣言2013



©2010 熊本県くまモンプロジェクト

第56回日本糖尿病学会

コントロール目標値 ²⁰⁾			
目標	血糖正常化を目指す際の目標 ²⁰⁾	合併症予防のための目標 ²⁰⁾	治療強化が困難な際の目標 ²⁰⁾
HbA1c(%)	6.0未満	7.0未満	8.0未満

2型糖尿病患者を対象とした
『熊本スタディ』

HbA1cが7%未満であれば、細小血管合併症の出現する可能性が少ない

もっと自分を大切に 医療機関ベース

「医療機関を受診している糖尿病 患者総数 270万人」

厚生労働省／平成23年 患者調査の概況

糖尿病 推定患者数 (約890万人 「国民健康・栄養調査」 H19年) の 約**30%**

糖尿病が強く疑われる人 (約1400万人 同H23年) の 約**19%**

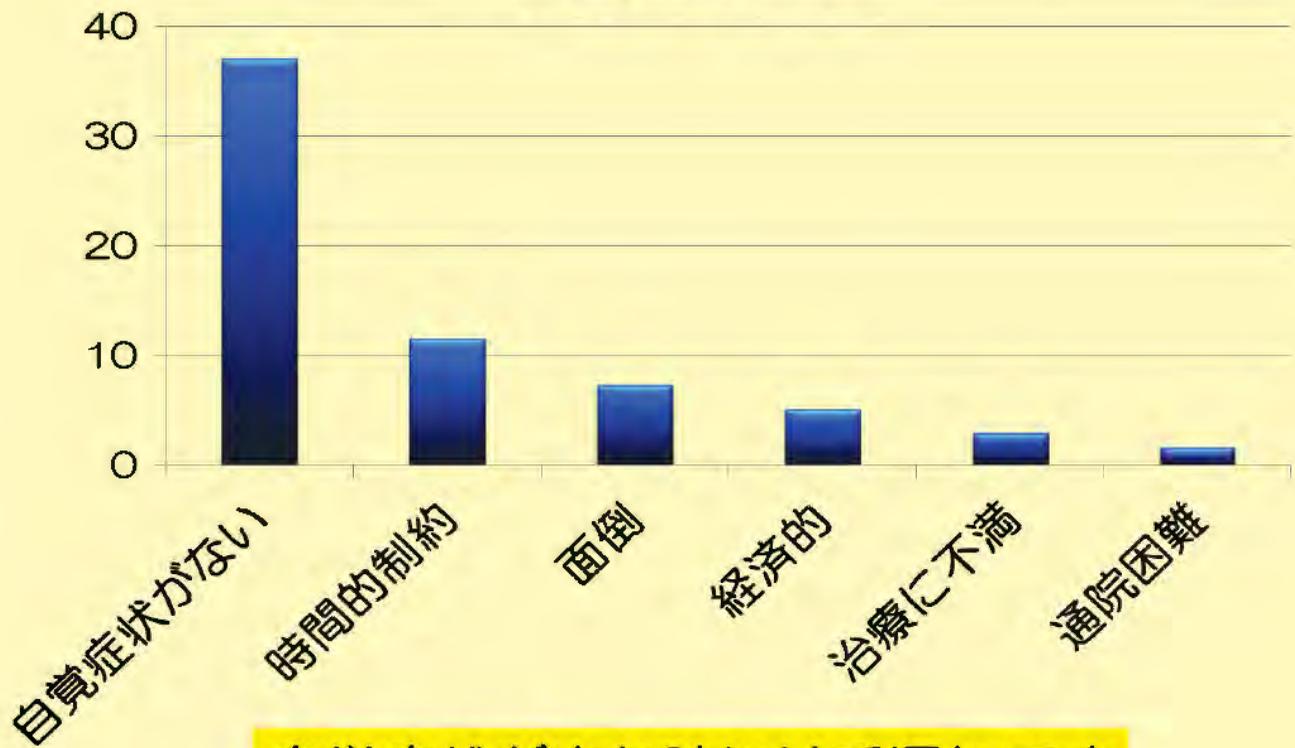
強く疑われる+可能性を否定できない人 (約3500万人 同) の 約 **8%**

しか受診していない

**糖尿病と言われているのに、
病院に行っていない人が多すぎます**

もっと自分を大切に

未受診の理由



自覚症状が出た時には手遅れです

ちょっとやってみて下さい

たまに手で片目をふさいで、
左右の見え方が違わないかチェック



おかしいかなと思ったら、
早めに眼科受診を。

- ★ 糖尿病と言われたら、
- ★ 高血圧があり、見え方に違和感を覚えたら、

できるだけ早く眼科受診して下さい

- 様子を見るだけ
- レーザー
- 注射
- 手術
- 原因疾患治療のために内科などに紹介

今日のお話しのまとめ

- ① 糖尿病・高血圧は網膜の病気（糖尿網膜症・網膜静脈(動脈)閉塞症・網膜細動脈瘤 など）を引き起こす。
- ② 失明につながる病気も多い。
- ③ 初めの頃は、自覚症状はない。その後も、見え方の程度はさまざま。
- ④ たまに片目を隠して、見てみる。
- ⑤ おかしいかなと思ったら、できるだけ早く眼科受診する。
- ⑥ 中年以降は特に、食事や運動など健康に気を付けた生活を送る。
- ⑦ 特に糖尿病はきちんと病院に行く。

ご清聴、有難うございました