

HEALTHY LIFE 10月号

平成23年10月17日発行 長崎県立長崎鶴洋高等学校

今年のおくんちは、7年ぶりのコッコデショと三連休が重なって、例年に増して賑わっていたのではないのでしょうか。コッコデショはもちろんですが、他の踊り町の方々も3日間大変だったと思います。「あれだけひとつのことに打ち込めば、どれだけの達成感なのだろう」「大きな達成感を得た人は次も頑張れるのだろうか」など、いろいろと考えてしまいました。皆さんにも、何かひとつでも良いので、打ち込めるものを見つけて欲しいと思います。達成感を感じて欲しいと思います。

知っておきたい「コンタクトレンズ」の基礎知識

医療機器

角膜に直接レンズを乗せ、接触(contact)させて使うので、コンタクトレンズと言います。

コンタクトレンズは、近視・乱視・遠視などの補正するための医療機器で、厚生労働省の基準に従って、人体に大きな影響を与える「高度管理医療機器」に分類されています。

ケア

コンタクトレンズは、目に入れる「異物」です。毎日のケアと正しい使い方が、あなたの目を守ります。

○ 洗浄と消毒をしっかりと行う。

レンズに汚れが残っていると細菌が繁殖して感染症や炎症など深刻なトラブルの原因になります。レンズケースは、その都度、きれいに洗って、しっかり乾燥させて使いましょう。



○ 装着時間を守る。



○ 使用期限を守る。



○ つけたまま眠らない。目が酸素不足になり、目を傷つける原因になります。

○ 必ず眼科専門医で定期検診を受けましょう。

トラブルの自覚症状がなくても、必ず検診を受けましょう。



トラブル

間違った使い方は、目に深刻なダメージを与えます。

コンタクトレンズによるトラブルで多いのは、角膜（眼球の表面の膜）の障害です。目の痛み・充血・視力低下などの症状が起こり、失明することもあります。

おしゃれだけど・・・カラコン、つけまつけ

カラーコンタクトレンズ、通称カラコンのリスクについて知っていますか？「目ヂカラ」アップのために、休日には使用している人もいないのではないのでしょうか。カラコンはコンタクトレンズが高度管理医療機器であるのとは異なり「雑貨」として扱われます。ですから、医師の処方箋も必要ないですし、品質の保証もありません。酸素を通さない、色素が流出する、目の形状に合わない、目のコンディションに合わないなどにより、目のトラブルが発生しやすい状態にあります。

つけまつけでは、接着剤でまぶたが荒れる・かぶれるなどのトラブルがあるようです。

一時期のかわいらしさではなく、生涯にわたる目の健康を考えてもらいたいと思います。よりよい目の健康を保つ適切な選択と行動をしてください。

