

白内障手術をお考えのあなたへ

今知りたい！ 「眼内レンズ」のこと



いつの時代も最先端の眼科医療を

Advanced medical care for all generations

JR御茶ノ水駅より徒歩1分

井上眼科病院
お茶の水・井上眼科クリニック

〒101-0062 東京都千代田区神田駿河台4-3
新お茶の水ビルディング(総合受付:19階)
代表電話:03-3295-0190 予約電話:03-3295-0923



東京メトロ西葛西駅より徒歩4分

西葛西・井上眼科病院

〒134-0088 東京都江戸川区西葛西3-12-14
TEL:03-5605-2100



JR大宮駅より徒歩3分

大宮・井上眼科クリニック

〒330-0854 埼玉県さいたま市大宮区桜木町1-8-1
ベルヴュオフィス大宮3階
TEL:048-871-8471



地下鉄大通駅37番出口直結

札幌・井上眼科クリニック

〒060-0061 北海道札幌市中央区南1条西1丁目1
札幌シャンテ1階・地下1階
TEL:011-200-3755



▶ 基本理念

- 患者さま第一主義
患者さまの立場を考えて診療を行う
- 実証医学(EBM)に基づいた検査と治療
眼の病気について眼科学の基本に基づいて検査し、その原因を追究して治療する
- 「眼」の総合病院の確立
眼に関するすべてのことを取扱う、「眼」の総合病院を確立する

▶ 基本方針

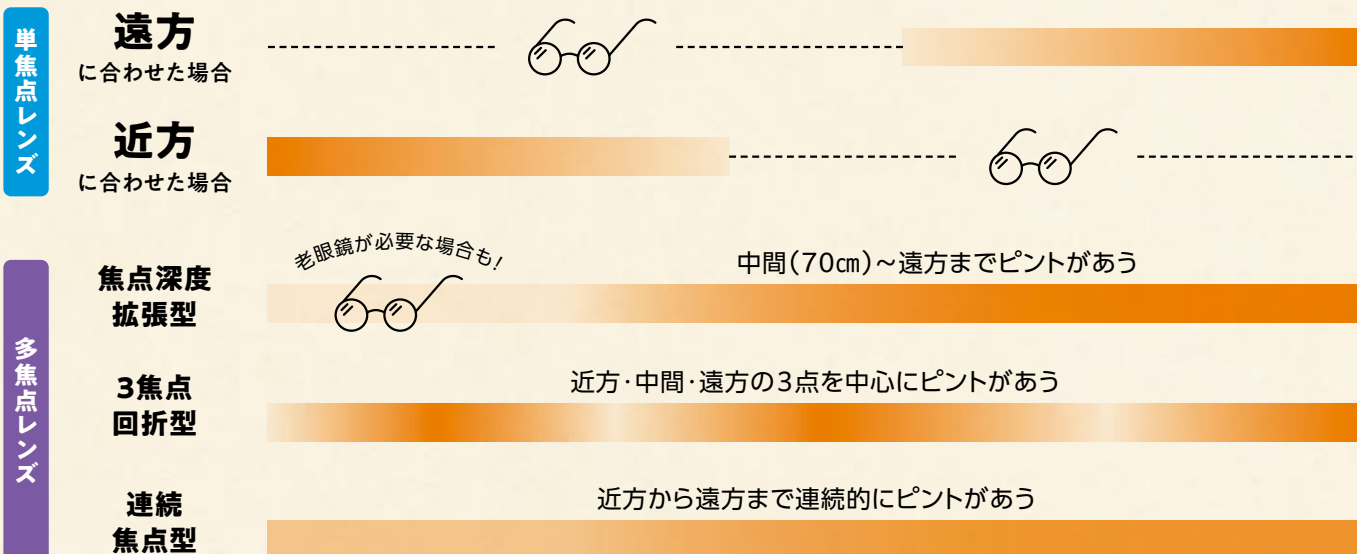
- 患者さま第一主義の徹底の実践
- 地域医療と病診連携の充実
- 都心にある眼科専門病院の特異性への対応
- 患者さま向けの情報提供と相談の充実

▶ 患者さまの権利と責任

1. 自分の病気・治療の内容を知る権利(セカンド・オピニオンを含む)
病名、症状、検査結果、予後、診療計画、処置や手術、薬の名前や作用・副作用などについて、納得できるまで説明を受ける権利。
他の医師の意見(セカンド・オピニオン)を、聞くことができる権利。
2. 治療方法や検査を選択・拒否する権利
納得できるまで説明を受けた後、医療従事者の提案する診療計画などを自分で決定する権利。
3. 自分の情報が保護される権利
個人の秘密が守られる権利および私的なことに干渉されない権利。
4. 自分に必要な情報を知る権利
病気やその療養方法および保健・予防・福祉などについて学習する権利。
5. いつでも人格が尊重され、必要かつ十分な医療サービスを平等に受ける権利
6. 患者さま自らが、医療従事者と共に力を合わせて、これらの権利をまもり発展させる責任

「見える範囲」を比べてみると

日常生活の中で見ている距離はさまざまです。裸眼で「どこをよく見たいか」によって、適した眼内レンズの種類とタイプが変わってきます。ご自身のライフスタイルと重ね合わせてレンズ選びを考えてみましょう。



※色の濃い部分が「ピントの合う範囲(よく見える範囲)」を示しています。
(レンズの種類によって「見え方の質」は異なります)

「見え方」を比べてみると

単焦点レンズの特長は、ピントを合わせた範囲が鮮明に見える点です。一方、多焦点レンズは遠くから近くまで見えるよう設計されていますが、光が分散するため、ややぼやけたり光がにじんで見える(ハロー・グレア)ことがあります。これらの見え方の特性はレンズのタイプによっても異なります。多くの場合、脳が慣れて気にならなくなりますが、夜間の運転や細かい作業が多い方には適さないこともあるので、主治医と相談しながら選びましょう。



低い 高い

物の輪郭がぼやけたり、色の濃淡や微妙な色の変化の見え方が少し低下する場合があります。



有 無

夜間にハロー(光の輪っか)やグレア(にじみ)を感じる場合があります。

白内障手術を
お考えのあなたへ



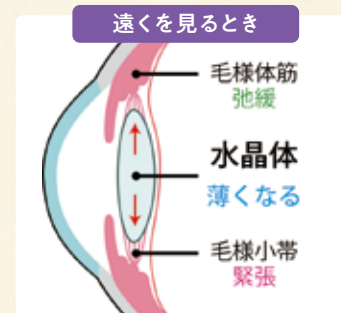
今知りたい! 「眼内レンズ」のこと

白内障は、水晶体が白く濁って視力が低下する病気です。一度濁ると元に戻らず、生活に支障が出れば手術で眼内レンズに交換します。手術後にレンズを替えることはほとんどないため、ご自身のライフスタイルに合ったものを選びましょう。今回は眼内レンズの種類と特長を紹介します。

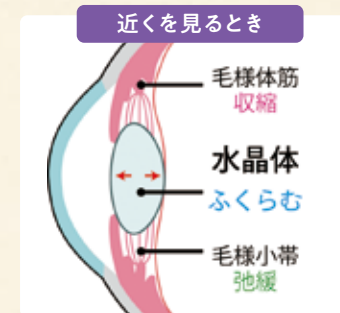
水晶体とは?

水晶体には2つの大きな役割があります。1つは光を「屈折」させて網膜にピントを合わせる。もう1つは、見る距離に応じて水晶体の厚みを変え、ピントを「調節」することです。この働きのおかげで、まるでカメラのオートフォーカスのように、さまざまな距離のものをスムーズに見ることができています。

▶ ピントが合う仕組み



毛様体筋が弛緩し、毛様小帯が緊張すると、水晶体が薄くなる



毛様体筋が収縮し、毛様小帯が弛緩すると、水晶体がふくらむ

▶ 水晶体を取ってしまうと…

白内障手術では、水晶体を取り除き、代わりに人工の眼内レンズを挿入します。眼内レンズではピントを自由に調節することができません。そのため手術の前に「どの距離をよく見るようにしたいか」を決めておく必要があります。



ちなみに老眼とは…

水晶体が硬くなり、毛様体筋(=水晶体の形を変える筋肉)の力も弱まることで、ピントの調節がしづらくなった状態を指します。

眼内レンズの種類は?

眼内レンズは、ピントが合う距離の数によって2種類に分けられます。単焦点レンズはよく見える範囲が限られるため、メガネが必要です。一方、多焦点レンズは複数の距離にピントが合うため、メガネの使用頻度を減らせます。

単焦点レンズ

ピントは1つ(合わせた距離がよく見える)



「手元」がぼやける

↓
老眼鏡が必要に



「遠く」がぼやける

↓
遠くを見るメガネが必要に

多焦点レンズ

ピントは2つ以上
(複数の距離がよく見える)



遠くも近くも見える

↓
メガネをかける頻度は減る(※)

※多焦点レンズもピントの合いにくい距離を見る時、小さな字を読む時、薄暗いところで文字を読む時などでメガネを必要とする場面があります。

中村眼科

中村 道明 院長

1998年～2000年 井上眼科病院 在籍
2011年～中村眼科 院長

今回ご紹介するのは、山梨県の「中村眼科」院長 中村道明先生です。大学卒業後は地元山梨県を離れ、臨床を学べる病院として井上眼科病院に入職。在籍時は一般眼科外来にて幅広く診療を担当していただきました。「当時論文の指導医であった若倉名誉院長のもと、神経眼科について注力して学びました。外来では視機能の回復が難しい重症例の患者さまを診療することもあり、幅広くさまざまな疾患を診る経験を積みました。患者さまの人となりに接することで、人としても学ぶ貴重な機会をいただいたと思います」(中村院長)。



イオンモール甲府昭和店の1階です



当院の井上(左)と中村院長(右)

現在、先生のクリニックは大きな商業施設にあり、アクセスが良く、土日・祝日も診療していることから、急患や遠方からの患者さまが多く来院されています。患者さまのなかには、小児の結膜炎、部活動中の眼球打撲、農作業中の結膜異物から、眼底出血、網膜剥離など迅速な対応を必要とする疾患の方も。日々、幅広い疾患に対応されています。「山梨県は土日・祝日に開いている眼科が少ないです。来訪時のアクシデントで眼科をお探しの際は、当院を受診していただければと思います。お待ちしております」(中村院長)。

クリニック情報

中村眼科

〒409-3852
山梨県中巨摩郡昭和町飯喰1505-1
イオンモール甲府昭和1F

TEL 055-269-5111

<https://www.yamanashi-nakamuraganka.com/>



教えて! 石原さん!!
ロービジョンを
もっと知ろう

第3回

誘導するコツはなんですか?

誘導のカギは「肘」にあり!
「いっしょに歩こう」の気持ちを大切に。

視覚障害のある方を誘導する場合、白杖を持っていない側に立ち、半歩前を歩くのが基本です。この時、誘導者は自分の肘をつかんでもらうことがポイント。こうすると誘導される側は肘の動きから「進む・止まる・曲がる」といった動作を自然に感じ取ることができます。お互いに身長差がある場合などは、「肩」に手をかけてもらう、または「手首」を握ってもらうという方法もあります。お互いの距離も保たれ会話もしやすくなりますよ。サポートの仕方は人によってさまざまです。けれども、大切なのは「いっしょに歩こう」という気持ち。是非、ためらわずに声をかけてみてください。



ワンポイントメモ

危険な場面以外、急に腕や洋服、白杖を持つ手を引っ張ることはNGです。前を歩いてくれるだけで安心して移動しやすくなります。



井上眼科病院
ITサポート担当 石原純子

ロービジョン外来で視覚障害者に対するIT機器の紹介や相談などを対応。自身も網膜色素変性を発症し、当事者の視点でサポートを行う。

ロービジョンとは?

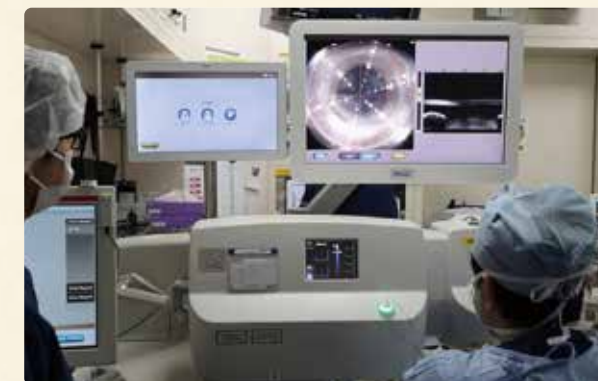
「見え方」に問題があり、日常生活に支障をきたす状態。見えにくさの程度は人それぞれ異なりますが、医療や福祉など幅広い支援が必要です。困ったときは主治医に相談を。

レーザー白内障手術 ～より精度の高い手術へ～

レーザー白内障手術は、一部の工程をフェムトセカンドレーザーで行う先進的な手術方法です(自由診療)。水晶体の袋をレーザーで正円に切開できるため、多焦点レンズをより正確な位置に固定することが可能です。また、レーザーで硬くなった水晶体の組織を細かく分割するため、濁った組織を吸引除去する超音波の使用を減らし、眼への負担を軽減します。海外で実績のある高性能なレンズを使用することで、より質の高い視力回復が期待できます。

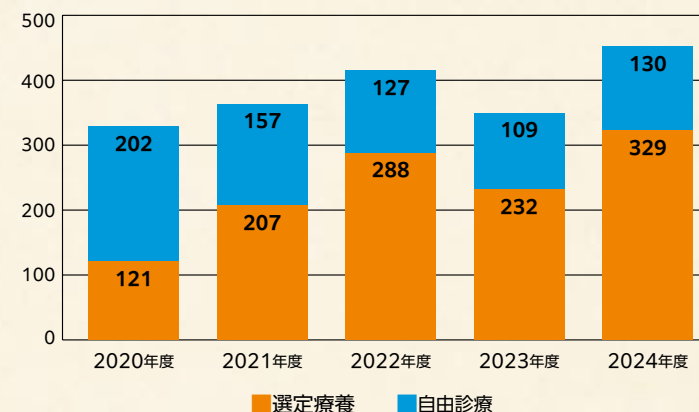
井上理事長による「レーザー白内障手術説明会(無料)」を毎月開催しております。最新の情報はこちらをご覧ください。

■実施施設:お茶の水



選ばれる方が増えています!

多焦点レンズを使用した白内障手術件数(グループ全体)

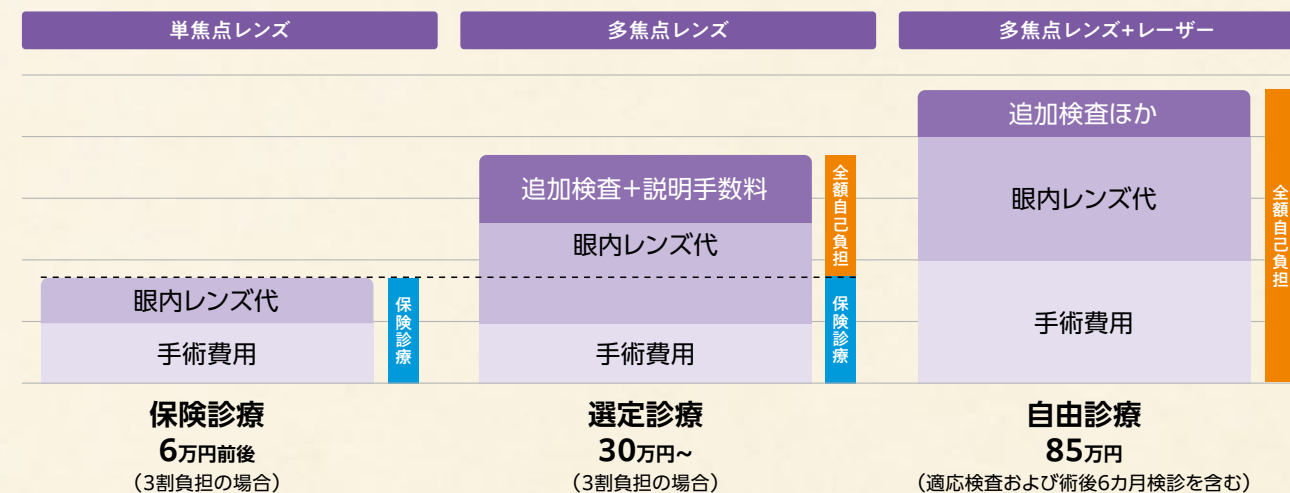


ここ数年、多焦点レンズの進化はめざましく、より自然な見え方を目指すレンズが続々と登場しています。特に、中間距離を重視した焦点設計や、コントラスト感度を高める非回折型レンズなどライフスタイルに合わせた選択肢が広がっています。ただし、「高価なレンズ=優れている」というわけではありません。ご自身の希望する見え方にマッチするかどうか、主治医と相談してください。



白内障手術の費用のこと

手術費用は「保険診療」「選定療養」「自由診療」の3つに分かれます。単焦点レンズは保険診療のため、3割負担で日帰り6万円前後(片眼)。一方、多焦点レンズを使う場合は、選定療養か自由診療となります。選定療養では公的保険に追加して費用を負担し、厚労省承認のレンズが使用可能。自由診療では全額自己負担ですが、より高度で個性の高い手術が受けられます。



今回
挑戦する
料理は…

かつおと蓮根の梅肉和え

管理栄養士の中井さん考案

目の健康レシピ

じりじりとした日差しが落ち着き、暑さも和らいできましたね。今回は、かつおと蓮根を使った簡単冷菜をご紹介します。

《作り方》

①蓮根は皮をむき、薄めのイチョウ切り、または半月切りにし、酢水に数分漬けた後、ザルに上げておく。鍋にお湯を沸かし、沸騰したら蓮根を茹でる。1分程度を目安にザルに上げ冷ます。②大葉は千切、または粗みじん切りにする。かいわれ大根は適度な長さに切り、水に漬けた後、ザルに上げておく。③④を混ぜ合わせ、冷めた①と刻んだ大葉を和える。④かつおたたきは食べやすい大きさに切り、③と合わせて冷蔵庫で10分寝かす。⑤皿に盛り、かいわれ大根を飾る。

《栄養成分値》1人分

●たんぱく質7.2g ●脂質1.6g ●エネルギー65kcal
●炭水化物6.6g ●塩分1.2g

EYE'S POINT!

かつおに含まれるDHAは網膜に多く存在し、視力低下の予防や血流を良くして、様々な眼病予防に効果があるとされています。蓮根に含まれるビタミンCの抗酸化作用も眼病予防に効果があり、ビタミンB₁は視神経の働きをサポートし、眼の健康に貢献します。

レシピ考案…栄養課 中井剛(西葛西・井上眼科病院)

過去レシピは
こちらから

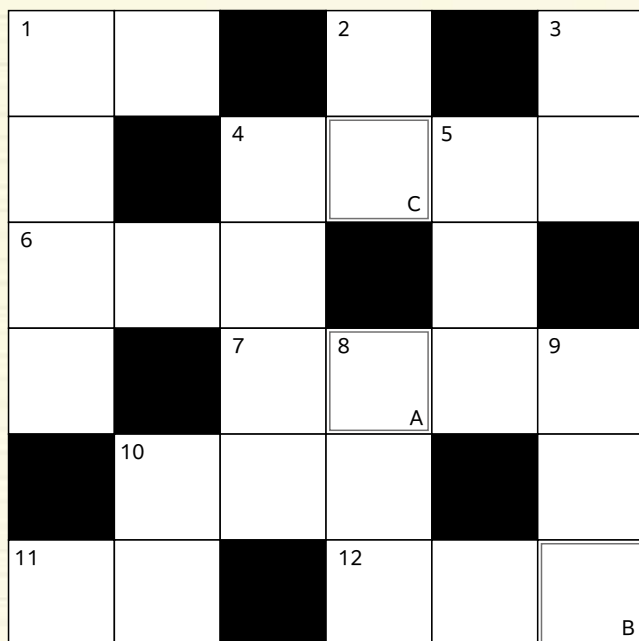


時間 15分 難易度 ★☆☆☆☆

《材料》2人分

●かつおたたき…50g ●味ぽん…小さじ1.5
●蓮根…40g ●めんつゆ(3倍濃縮)…小さじ1.5
●大葉…2枚 ●練り梅…7g
●かいわれ大根…2g

「目」のクロスワードパズル



A B C

答え

タテのカギ

- 1 まっすぐ帰らないで・・・する
- 2 白、世界、記号と言えば?
- 3 八本足の軟体動物
- 4 封筒などを開けること
- 5 ことわざ「○○○に腕押し」
- 8 三匹の子豚、一番頑丈な家は何で作った?
- 9 マツタケの○○○蒸し
- 10 級の上のクラス

ヨコのカギ

- 1 仲直りで戻すもの
- 4 ニシンの子は何?
- 6 過去⇄?
- 7 友や友人を英語で言うとき
- 10 タウン、ロード、ジャケット
- 11 百→○○→万
- 12 耐えること。やせ○○○

抽選で5名様に
素敵なプレゼントを
差し上げます!



QRコードを
読み取って
ご応募ください

読者アンケートにお答えいただくと抽選で5名様に
当院オリジナルのノベルティを差し上げさせていただきます。
応募締切 2025年12月31日(水)まで

INFORMATION

西葛西

「新病院10周年記念式典」のご報告

2025年7月、江戸川区のタワーホール船堀にて「西葛西・井上眼科病院 新病院リニューアル10周年記念式典」が盛大に開催されました。会場には当院職員をはじめ、100名を超える医療関係者が集い、病院の節目をともに祝いました。記念講演では帝京大学医学部附属病院の太根ゆさ先生を講師に迎え、「日常でよくみる斜視の診断と治療」と題した講演が行われました。専門医ならではのわかりやすい解説に加え、現場での臨床経験を交えたお話に参加者からは熱心な関心が寄せられました。式典には、江戸川区眼科医会の玉城宏一会長や、順天堂大学医学部附属浦安病院の海老原伸行教授をはじめ、歴代院長や同門

会、医療連携先の先生方など多くの来賓がご出席くださいました。あいさつに立った溝田院長は、「地域の皆さまの温かいご支援のおかげで、この節目を迎えることができました。今後も質の高い医療を追求し、地域に根ざした病院として日々努めてまいります」と感謝とともに、これからの展望を語りました。西葛西・井上眼科病院は1991年に開院、2015年に地域に点在していた3つの施設を統合し、新病院として再スタート。それ以来、地域医療の要として多くの患者さまと向き合ってきました。これからも見えるに寄り添い、「安心」を届ける病院として、さらなる信頼と進化を目指していきます。



江戸川区を中心に多くの連携先の先生方にご臨席いただきました



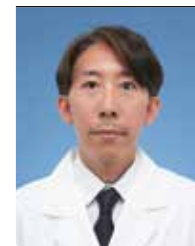
開会のご挨拶(井上賢治理事長)



西葛西の歩みを報告(溝田淳院長)

西葛西

7月より川嶋真医師が入局しました



かわしま まこと
川嶋 真 医師
帝京大学医学部卒業、帝京大学医学部附属病院、聖母病院などを経て当院に入局。

ごあいさつ

白内障や硝子体疾患はもちろん、小児や眼瞼疾患も含め、眼科領域に関して幅広く対応することで、様々な患者さまに適切に対応できるように努めてまいります。よろしくお願いいたします。

読者アンケートご協力をお願い

広報誌の読者アンケートにご回答いただいた方の中から、毎号抽選で5名様に当院オリジナルのノベルティを進呈しております。今回のノベルティは目薬もぴったり収まる「ミニポーチ」。当院が日本で初めて制作した「小児用図画試視力表」の図柄をアレンジしたデザインで、小物入れとしてもオススメです。より良い誌面作りのため、皆さまのご意見・ご感想をお寄せください。たくさんのご応募お待ちしております。

下記のコードを
読み取りの上、
アンケートに
ご回答ください



・応募締切:2025年12月31日(水)まで

※お電話での応募は受け付けておりません。
※賞品発送をもって当選発表に代えさせていただきます。

