

医心 伝心

アイフレイル

富山県医師会理事 金子 敏行

2022年度は「緑内障」、2023年度には「眼底検査」をテーマに日本眼科医会が作成した広告が、ACジャパンの支援キャンペーンに選ばれました。今年度のテーマは「アイフレイル」。今年もひきつづき眼科医会の活動がキャンペーン対象としていただけることになりました。

加齢による、はっきり病気と言えないぐらいの不調を何と呼ぶのが適当か数年前から検討されていましたが、一般向けにびしっと響くワードはなかなか見つからず、日本老年学会の提唱する「フレイル」に相乗りして「アイフレイル」という概念を定義することになりました。併せて対策活動などをまとめた「アイフレイル・ガイドブック」を昨年度に作成し会員に配布することで、まずは眼科医内で疾患概念の共有を図っています。

今回のキャンペーンは、目の不調を感じたら、まず眼科にかかりましょう、というもの。そのため公式サイトを作り、セルフチェックを呼びかけ、一般向けガイドブックまでダウンロード可能になっています。

セルフチェックから眼科受診につなげる目的は主に3点に要約できるでしょう。

まず、老視やドライアイ、初期白内障での羞明など、比較的軽度だが不快な症状を軽快させ、快適に過ごせるようにすること。2点目は緑内障、加齢黄斑変性など、重篤だが早期からの対応で比較的良好な経過を期待できる疾患の早期発見につ

なげること。そして3点目として、もしかしたら最も大事といえるかもしれないのが、アイフレイルの状態を放置することで、身体的フレイルや認知症、うつなどの発症可能性が上昇することを防ぎたい、ということです。視覚障害があると転倒リスクは2.5倍になります。身体活動量も低下しますし、地域での活動への参加も減ります。認知機能は視力低下と相関して低下することがわかっていますが、視覚刺激の減少が直接かかわる面もあるでしょうし、引きこもり、社会的に孤立することも影響すると思われます。

ガイドブックによると、目に不調を自覚している人（対象者40代以上）のうち、実際に目の検査を受けたのは52.3%だったそうです。アイフレイルという概念を知ってもらい、なるべく長く快適な視覚環境を保てるよう、早期に眼科医に相談していただきたいものです。♪かえるのうたが～♪のメロディーに乗って、「アイフレイル」という言葉が少しでも聴取者の頭の隅に残ってほしいと願っています。

この文に目が留まりましたら、眼科以外の先生方にも、目の訴えのある患者さんに眼科受診をうながしてもらえればと思います。