

目と健康シリーズ

No.27

Eye & Health

クオリティーオブライフ

特集：まぶたの病気とQOL

リラックスアイ：まぶたで体調と先祖がわかる!?



監 修：堀 貞夫先生（東京女子医科大学名誉教授、
濟安堂井上眼科病院顧問、
西新井病院眼科外来部長）

編 集：川本 潔先生（東京女子医科大学東医療センター眼科非常勤講師）

特集：まぶたの病気とQOL

編集

東京女子医科大学東医療センター眼科非常勤講師

川本 潔 先生



キューオーエルって、アイも知ってるよ。英語で‘生活の質’っていう意味でしょ。でもネ、どうしてそれが「まぶたの病気」に関係あるのかな…

まぶたは眼を守り、顔の表情を作り出す

まぶたには、大きく分けて二つの役割があることをご存じですか？ 一つは眼球を保護する‘目の蓋’としての役割。そしてもう一つは、顔の表情を演出する役割です。「目は口ほどに物を言う」というように、まぶたが演じる‘目つき’は、ときに、言葉で伝えるのと同じくらい強い印象を周囲の人に与えます。

最近では病気の治療において、単に悪い部分を治すだけではなくて、生活の質(QOL: Quality of life)が重視されます。まぶたの病気の治療でも、眼球を保護する働きを維持・回復はもちろんのこと、「表情を作る」役割にも配慮が求められ、ときにはそれが患者さんのQOLを大きく左右します。また、まぶたの病気に患者さん自身が気づいていないこともあり、そのようなケースでは、病気を診断し治療することで、以前の快適な生活を取り戻すことができます。

それでは早速、まぶたの病気のなかでもとくにQOLとの関連が深い、眼瞼下垂の話から始めましょう。なお、先に3ページの「まぶたの仕組み」を読むと、理解が深まると思います。

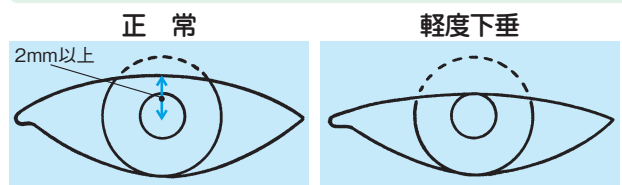
まぶたが下がり目をしっかり開けられない

眼 瞼 下 垂

どんな病気？ まぶた(眼瞼)が開きにくく、垂れ下がる(下垂する)病気です。先天性と後天性の原因があります。かつては先天性の眼瞼下垂が多かったのですが、今は高齢化で中高年者に起きる後天性の眼瞼下垂が増加しています(先天性眼瞼下垂は「子どもの眼瞼下垂」の項目参照)。

原因は？ 後天性眼瞼下垂では、加齢によって、まぶたを開く筋肉(眼瞼挙筋)とまぶた本体をつないでいる腱膜が、徐々にはずれてきてしまうために起こる「加齢性腱膜性眼瞼下垂」が最も多く、そのほか眼瞼挙筋や動眼神経の麻痺、外傷、眼の手術の合併症、ハードコンタクトレンズの長期使用なども原因となります。動眼神経麻痺や外傷などでは左右どちらか一方に起こります

眼瞼下垂の程度と視野障害

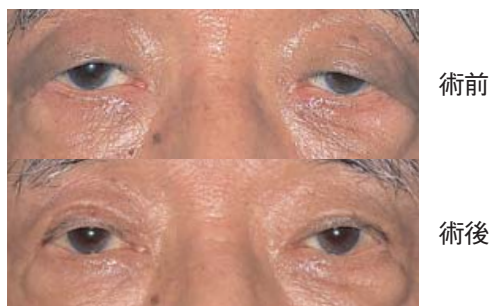


正常
2mm以上
上眼瞼縁が瞳孔から離れています。瞳孔中央から上眼瞼縁まで通常は2mm以上あります。

軽度下垂
上眼瞼縁が瞳孔の上縁にかかる程度に下垂しています。視野の障害はそれほどありません。

【川本潔(かわもとときよし)先生】1983年 金沢大学医学部卒業。同年 東京女子医科大学形成外科入局。1985年 東京女子医科大学眼科助手。1990年 同講師。1985～87年 東京都立荏原病院、1988～90年 東京都立広尾病院に勤務。1990年から現職。日本眼科学会、日本眼科手術学会、日本形成外科学会、日本頭蓋顎顔面外科学会などに所属。

加齢性眼瞼下垂の手術前後



が、加齢によるものでは、程度の差はあっても、たいてい両目に現れます。

視力や視野は？ 眼瞼下垂で視力が落ちることはありません。しかし、下がったまぶたが瞳孔にかかると、その部分に該当する視野（上方の視野）が欠けて、例えば柱に頭をぶつけやすくなったりします。また、瞳孔が完全に覆われてしまえば、視力はあってもそれを活用できなくなります。

QOLとの関係は？ 加齢とともに少しずつ病気が進行すると、患者さん自身も病気を自覚しにくいものです。眼瞼下垂だと気づかず長年経過するうちに、まぶたを開くのに眉毛（まゆ毛）を上げる筋肉（前頭筋）を使ったり、あごを突き出して視野の下方で物を見るといった工夫をしていることがあります。そのため肩凝りや頭痛、慢性的な疲労を感じたり（眼精疲労）、年齢よりも早くおでこのシワが増えてきます。また、まぶたが下がっていると顔付きが暗い印象

になりがちですが、治療によって表情の明るさと同時に、精神的にもはつらつとされる方が少なくありません。

治療法は？ はずれかかっている腱膜を眼瞼挙筋につなぎ直す手術を行います（腱膜修復術）。まぶたの形を整えるために、目の周りの脂肪やまぶたのたるみを同時に除去することもあります（眼瞼形成術）。大半はこの方法で治せますが、眼瞼挙筋や動眼神経が麻痺しているときは、まぶたと前頭筋をつなぐ、つり上げ術を行います。

◆子どもの眼瞼下垂

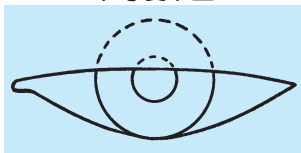
子どもの眼瞼下垂の多くは、先天的な眼瞼挙筋の発育不全が原因です。保護者の方はとても心配されますが、病気として珍しいものではありませんし、遺伝や妊娠中のトラブルともあまり関係なく、多くは偶発的なものです。眼瞼挙筋を短くするという手術で治療します。

瞳孔が完全に隠れている場合は、視力が育たず弱視になることがあるので早めの治療が必要ですが、そうでなければ、全身麻酔をすることの安全性や生活上の不便などを考慮して、2～5歳くらいの間で、集団生活を営む就学前に治療を受けるとよいでしょう。

先天性眼瞼下垂の手術前後



中等度下垂



上眼瞼縁が瞳孔の上縁を超えて下垂し、上方の視野が少し欠けますが、瞳孔の中心には達していないので、視野の中央は保たれています。

強度下垂



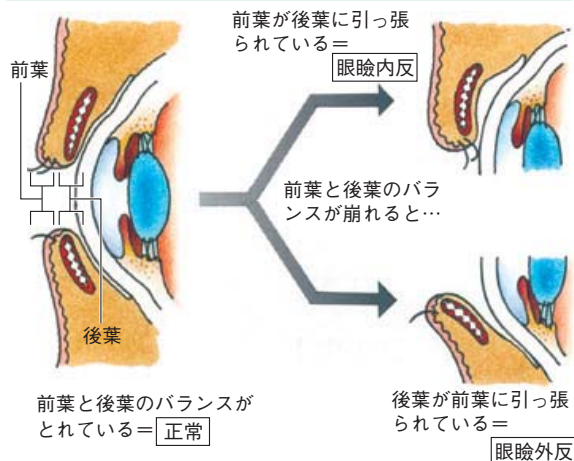
上眼瞼縁が瞳孔中央を隠してしまい視野の中央が欠けるため、あごを上げるなどして下方の視野を使わないと、物を見れません。

まぶたが内側に反り返る
 がん けん ない ほん
眼 瞼 内 反

どんな病気？ まぶたが反り返って、眼球側に入り込んでくる(内反する)病気です。まつ毛が眼球表面(角膜や結膜)に触れるので、痛みやかゆみを感じ、涙があふれたりし、角膜炎や結膜炎を引き起こします。

原因は？ まぶたの前葉(皮膚に近い側)と後葉(眼球に近い側)のバランスが崩れることが直接的な原因です。その理由としては、やはり加齢が関係していて、年とともに腱膜や目の周囲の筋肉(眼輪筋)がゆるむこと、眼球を取り囲んでいる脂肪(眼窩脂肪)が萎縮して眼球が奥に移動し、その分まぶたが少し余り気味になることがあげられます。そのほか、結膜の病気の後遺症や甲状腺の病気なども原因になります。

眼瞼内反と眼瞼外反



視力や視野は？ 視力や視野がすぐに問題になることはありません。ただ、まつ毛によって傷ついた角膜や結膜から、角膜炎や結膜炎になると、視力が低下することがあります。

治療法は？ 皮膚や眼輪筋を少し縮める手術などで、前葉と後葉のバランスを整え、治療します。

まぶたの仕組み

まぶたは表面から順に、皮膚、眼輪筋、眼窩隔膜、眼瞼挙筋、ミュラー筋、瞼結膜という層状の構造になっています。人体のほかの部分は皮膚の下に脂肪があってその下に筋肉がありますが、まぶたはすぐ下にも筋肉があり、この特殊な構造が微細な動きを可能にしているのです(まぶたでも眉毛や頬に近いほうには脂肪があります)。

まぶたの筋肉と神経 まぶたを開く動作には三つの筋肉が関係していて、それぞれ別の神経の指示を受けて動きます。最も重要なのは上まぶたにある眼瞼挙筋で、これは動眼神経の指示を受けます。眼瞼挙筋の下にはミュラー筋があり、これは交感神経(自律神経)の指示を受けて、驚いたときや興奮したときに意思とは関係なく、少し目を見開くように働きます。まぶたからやや離れた眉毛のあたりにある前頭筋は表情筋(顔だけにあり、皮膚を

動かすことができる筋肉)の一部で、顔面神経の指示を受けます。反対にまぶたを閉じるのは、上下両方のまぶたにある眼輪筋で、顔面神経の指示を受けています。「口ほどに物を言う」目の表情は、これらの筋肉が互いに微妙に変化して作り出しています。

瞼板 瞼板はまぶたの中にあるやや硬い組織で、薄く繊細なまぶたを支える屋台骨のような役割を果たしています。内部には眼球表面に油分を供給するための分泌腺(脂腺)があり、まつ毛の根元の近く(瞼縁)にその開口部が並んでいます。

眼窩隔膜と前葉・後葉 頭蓋骨が凹んで眼球が収まっている部分全体を眼窩といい、眼窩隔膜という薄い膜で周囲の組織と隔てられています。まぶたの眼窩隔膜は、眼窩骨の縁から瞼板に向かって広がっています。眼窩隔膜の前(皮膚や眼輪筋)を前葉、後ろ(眼瞼挙筋や瞼結膜)を後葉といいます。病気の原因が後葉にあると、眼球へより大きな影響を及ぼします。

眼瞼内反の手術前後



術前

術後

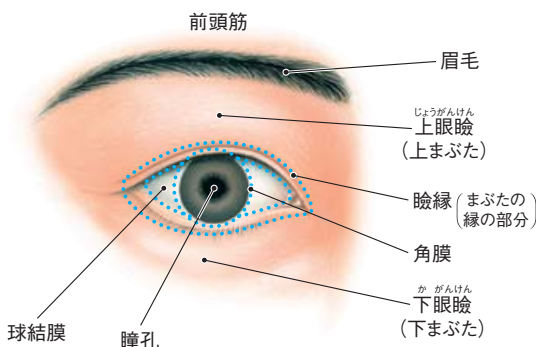
逆さまつ毛
しょうもうないはん
睫毛内反

どんな病気？ まつ毛(睫毛)が内反する病気で、いわゆる逆さまつ毛のことです。まぶた自体は内反していない点で眼瞼内反と区別されますが、角膜や結膜が傷つくために、同じような症状が現れます。

原因は？ 睫毛内反は乳幼児に多くみられ

睫毛 睫毛(まつ毛)は目にゴミや汗が入らないようにするとともに、異物を感知するセンサーの働きをします。まつ毛になにかが触れると反射的に目をつぶり、眼球を保護しているまぶたの働きを助けます。

瞬目の役割 瞬目(まばたき)は、目にゴミが入りそうなときにそれを防ぐためだけでなく、涙の分泌を促したり、角膜・結膜上の涙を涙道へ導く役割もあります。



ます。子どもは大人に比べて顔付きが平坦で(とくに東洋系人種の場合)、まぶたの皮膚がまつ毛のほうに覆いかぶさるようになっているためです。

視力や視野は？ 眼瞼内反と同じです。

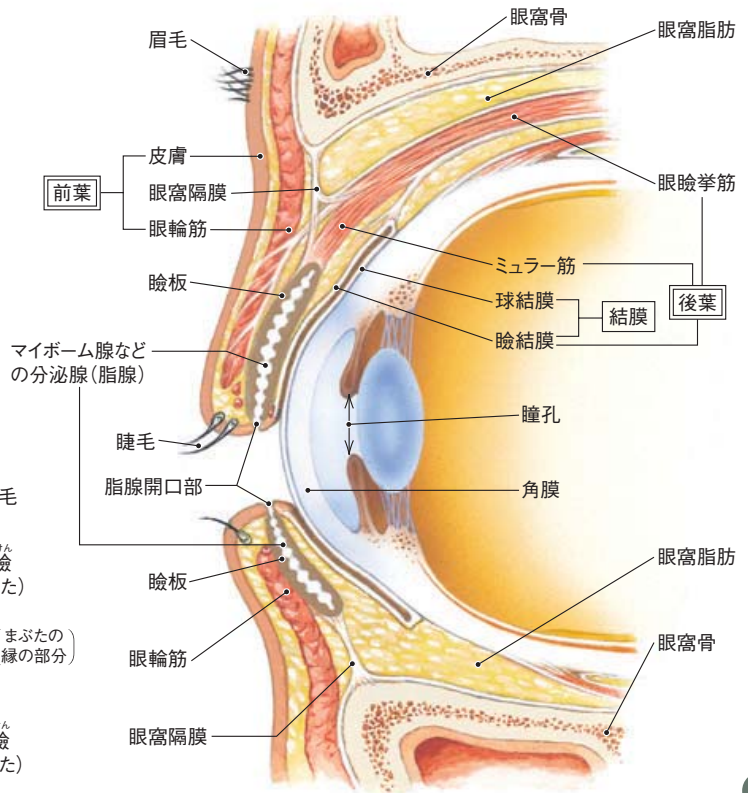
治療法は？ 多くは成長とともに自然に治ります。しかし、成長しても軽快しない場合や、角膜や結膜に障害が起きそうなときは、まつ毛が眼球に触れないようにする手術が必要です。

睫毛内反の手術前後



術前

術後



まぶたが外側にめくれる

眼 瞼 外 反

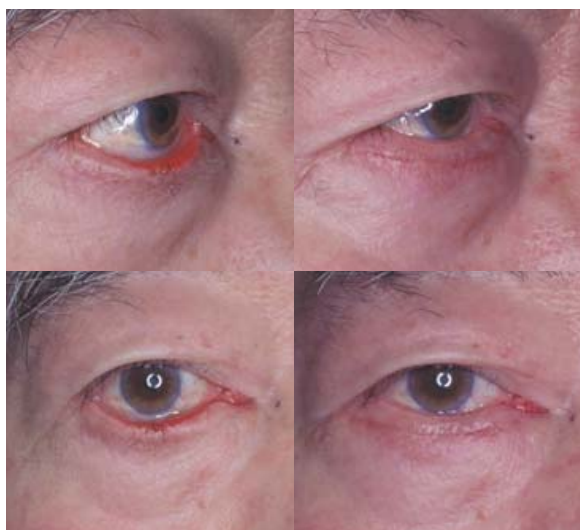
どんな病気？ 眼瞼内反とは反対に、まぶたが眼球表面から離れるように外側を向いてしまう(外反する)病気です。角膜や結膜が乾燥して傷ついたり、涙があふれやすくなったりします。

原因は？ やけどや怪我の癒痕などで前葉が短くなることや、加齢や顔面神経麻痺のために眼瞼支持組織(筋肉や靭帯)の緊張が低下して、眼瞼のバランスが崩れることによります。

視力や視野は？ 直ちに視力や視野が障害を受ける心配はありません。しかし重度の外反では、角膜の病気が起きて視力低下、失明に至ることもあります。

治療法は？ 前葉と後葉のバランスを整えるために皮膚移植をしたり、緊張が低下した筋肉や靭帯を修復する手術を行います。こまめに点眼して、角膜や結膜の乾燥を防ぐことも大切です。

眼瞼外反の手術前後



術前

術後



まぶたをしっかりと閉じられない

と 兎 眼

どんな病気？ まぶたを完全には閉じられずに、眼球表面が露出したままになった状態のことです。昔、兎は目を開いたまま眠ると信じられていたことから、こう呼ばれるようになりました。

原因は？ 重症の眼瞼外反や甲状腺の病気による眼球突出、外傷、顔面神経麻痺がおもな原因です。

視力や視野は？ 角膜と結膜が乾いて強いドライアイになります。とくに重症の場合は角膜の炎症や潰瘍が進行して、視力を失う可能性もあります。

治療法は？ 眼球がまぶたに覆われ、乾かないように修復する手術をします。



麦粒腫

“ものもらい”のことです。まぶたの縁ふち（けんえん 瞼縁）に並んでいる脂腺（しせん 眼球表面に広がる油を分泌するところ）に、細菌が感染して起きる病気です。炎症が起きて赤く腫れ、痛みます。抗生物質の点眼で治りますが、うみ 膿がなかなか出ないときには切開します。

霰粒腫

まぶたにある脂腺が詰まって慢性の炎症が起き、しゅりゅう 腫瘍（小さなこぶのようなかたまり）ができる病気です。まぶたがゴロゴロしますが痛みはありません。小さなものは自然に治ることもありますが、大きなものは切開して取り除きます。霰粒腫は化膿することがあって、そうなると麦粒腫のように腫れて痛みます。

眼瞼痙攣

眼輪筋が痙攣する病気です。重症のときは、まぶたを開けられなくなることもあります。手術をすることもあります。多くはボツリヌス毒素の注射で軽快します。注射の効果は3～4カ月続きます。

眼瞼炎・眼瞼縁炎

まぶたやまぶたの縁ふちに起きる炎症のことです。原因は細菌やウイルスの感染であったり、アレルギーであったり、いろいろです。感染の場合、まぶただけではなくて角膜や結膜にも影響が及ぶことがあります。治療には原因ごとに、抗生物質・抗ウイルス薬・抗炎症薬（ステロイド）などの点眼薬・なんこう 軟膏・内服薬が処方されます。

黄色腫

上まぶたの目頭のあたりにできる黄色い脂肪分のかたまりのことです。脂質異常症（高脂血症）の人にできやすいと言われますが、そうとも限らず、中高年の人にはよく現れます。視力や視野に影響はありません。ただし、みば 見栄えが気になるなら切除してもらいましょう。

黄色腫の手術前後



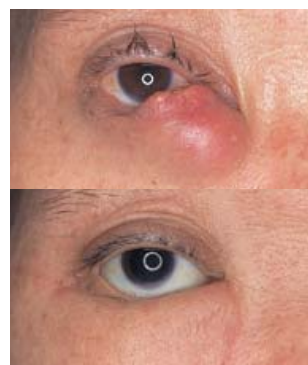
術前

術後

眼瞼腫瘍

頻度はそれほど高くありませんが、まぶたに良性、あるいは悪性の腫瘍（がん 癌）ができることもあります。霰粒腫と似ていることもあり、注意が必要です。

脂腺癌の手術前後



術前

術後

まぶたは大切な目の一部だし、大切な顔の一部でもあるってことね。それに隠れた役割もいろいろしてくれているみたい。これからアイも、まぶたを大切にあげヨ



リラックスアイ：まぶたで体調と先祖がわかる!?

寝不足や疲れているときにできる目の下の‘クマ’。これがあると表情もどことなく暗くなりがち。そんなイメージを吹き飛ばそうとして元気なふりを装っても、周囲からは「あれあれ～？ 無理してるんじゃないのー」と心配されたり…。

このように厄介なクマがなぜできるかという、それにはまぶたの構造が深く関係しています。まぶたの皮膚はからだの中で最も薄く、しかも皮膚の下に脂肪がなくてすぐ筋肉です。筋肉は動くたびに酸素や栄養を使いますから、それを供給するために細い血管がたくさん伸びてきています。疲れや体調がよくないときは末梢静脈の血流が悪くなるので、まぶたの静脈も血液が滞りがちになります。そして、その滞った静脈血が、薄い皮膚を通して透けて見えるというわけです。

こうしてできたクマを取るには、まぶたの血流をよくするのが一番。女性ならもうご存じかもしれませんが、冷たいタオルと温かいタオルをかわるがわるあてたり、軽くマッサージしてあげるとよいでしょう。

クマと並び、若い女性に多いもう一つの目の悩みは‘^{ひとえ}一重まぶた’。鏡を覗きながら「どうして外人さんみたいにパッチリした^{ふたえ}二重じゃないのかしら」なんて思ったことのある方も少なくないの



は？ 実は日本人はまぶたの皮膚が厚く脂肪が欧米人より多いために、二重になりにくいのです。どうやらこれは大昔、日本人の祖先が寒い地域に暮らしていた名残のようで、眼を寒さから守るために厚いまぶたが必要だったという説があります。

最近では美容整形（医学的には整容といいます）に対する社会意識が変わり、気軽に二重まぶたの手術を受ける若い方が少なくありません。アンチエイジング（抗加齢）手術によって自分の‘これから’を変えてみようとする中高年の方も増えています。でも、ひょっとしたらなにか病気が隠れているかもしれないので、こうした目的で手術を受ける前に、一度は眼科医に相談したほうが安心です。

特集テーマ一覧

- | | |
|---------------------|--------------------|
| No. 1 目で見える眼の仕組みと病気 | No.17 結膜炎 |
| No. 2 糖尿病網膜症 | No.18 角膜の病気 |
| No. 3 糖尿病黄斑症 | No.19 ぶどう膜炎 |
| No. 4 高血圧網膜症 | No.20 黄斑円孔・黄斑前膜 |
| No. 5 網膜静脈閉塞症 | No.21 眼の神経の病気 |
| No. 6 網膜動脈閉塞症 | No.22 涙道や涙腺やまぶたの病気 |
| No. 7 加齢黄斑変性 | No.23 目の外傷 |
| No. 8 中心性漿液性脈絡網膜症 | No.24 目の病気の手術治療 |
| No. 9 網膜色素変性症 | No.25 目の病気の薬物治療 |
| No.10 緑内障 | No.26 パセドウ病と目の病気 |
| No.11 白内障 | No.27 まぶたの病気とQOL |
| No.12 網膜裂孔・網膜剝離 | No.28 眼精疲労 |
| No.13 色覚の異常 | No.29 アレルギーによる目の病気 |
| No.14 ドライアイ | No.30 コンタクトレンズ |
| No.15 屈折異常・調節異常 | No.31 飛蚊症 |
| No.16 子どもの目の病気 | No.32 ロービジョンケア |

目と健康シリーズ No.27

特集：まぶたの病気とQOL

2012年2月改訂

監修：堀 貞夫 先生

(東京女子医科大学名誉教授、
済安堂井上眼科病院顧問、
西新井病院眼科外来部長)

特集編集：川本 潔 先生

(東京女子医科大学東医療センター眼科非常勤講師)

企画・制作：株式会社 創新社

東京都港区西新橋2-8-11 〒105-0003

後援：株式会社 三和化学研究所

名古屋市東区東外堀町35番地 〒461-8631