



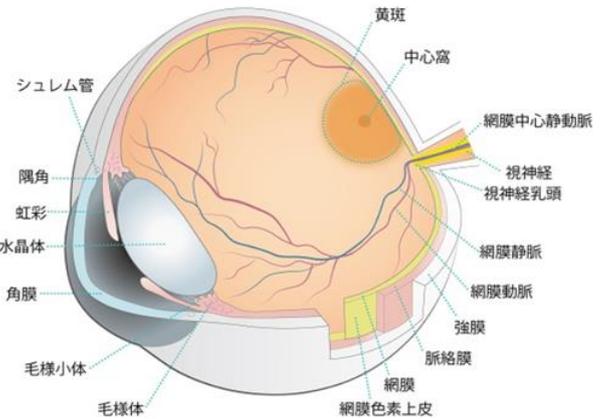
健診センターニュース



紫外線の眼に対する影響について

紫外線は3月頃から急激に強くなりはじめ、5月から7月にかけてピークを迎えます。1日の中では10時頃から14時頃までが最も強いとされています。肌に日焼け止めを塗ったり、日傘をさしたりと紫外線対策をしますが、紫外線は肌だけでなく眼にも影響を与えることをご存知ですか。そこで今回、眼科の小林先生に「紫外線の眼に対する影響」について教えていただきました。

紫外線は眼表面の角膜や結膜、その先の水晶体や網膜まで到達し影響を及ぼします。眼表面の角膜や結膜が紫外線に暴露されると角膜表面に細かな傷をつくり異物感や痛み・充血を生じる**紫外線角膜炎**や、慢性的な紫外線暴露により白目を覆う結膜が角膜表面に伸びてくる**翼状片(ヨクジョウハン)**、白目に斑点や隆起を作る**瞼裂斑(ケンレツハン)**の原因となります。翼状片は進行すると視力に影響することがあるため手術が必要になる場合があります。瞼裂斑に炎症がおこると充血や痛み、異物感が生じる方がいますので、この場合は点眼治療が必要になります。また**白内障**は加齢によっても進行しますが、水晶体が紫外線の影響を受けることでも進行することがあります。さらに眼の奥の網膜、特に黄斑部が障害されると**加齢黄斑変性**の原因となり視力が低下し治療が必要となることがあります。このような病気を予防するために紫外線対策が必要です。紫外線をカットするレンズの眼鏡を選ぶことや、外出時にはサングラスを使用すること、上方からの紫外線対策としてつばの大きな帽子も有効です。3月から8月にかけて紫外線は強くなっていく時期ですので、眼を守るためにもしっかりと紫外線対策をしていきましょう。



紫陽花の豆知識

紫陽花(あじさい)の花は、咲き始めの頃は白っぽいですが次第に色が変わってくることから「七変化」とも呼ばれています。「あじさい」という名前は「あづさ中」(あづさい)という言葉が変化してできたと言われています。「あづ」とは小さいものが集まっている様子を表し、「さ中」は藍色の花や真藍(さあい)を表しており、藍色の小さな花が集まって咲いている様子を見事に表した名前ですね。花言葉は色が変わることから「移り気」「無常」「浮気」などのほか、小さな花がたくさん集まって咲いている様子を家族に例えて「家族団欒」や「家族の結び付き」といった花言葉もあります。紫陽花の花の色は、土壌が「酸性な

ら青、アルカリ性なら赤」になると言われています。酸性の肥料やアルミニウムを含むミョウバンを与えれば花が青色になり、赤色の紫陽花を咲かせるには卵の殻の薄皮を除いて乾燥させてから細かく砕いて撒く方法がおすすめです。

紫陽花の葉は有毒で、嘔吐・めまい・顔面紅潮の中毒症状が報告されています。料理に添えられていても決して食べないでください。

ガクアジサイの場合は真ん中の部分に花があり、花のように見える部分は「装飾花」といいガクが変化したものです。



健診センターからのお知らせ

—新型コロナウイルス感染症対策について—

平熱を知るため1週間程度検温してご来院ください。発熱、感冒症状、息苦しさ、強いだるさ、下痢などの症状がある又は続いている場合や2週間以内に感染流行地に行かれた方は、受診していただく事ができません。来院できない場合は健診センターまでご連絡ください。感染予防のため、マスク着用、手洗い、換気等にご協力ください。

健診のご予約・お問い合わせは

下記までお気軽にお電話ください。

624-0906
舞鶴市字倉谷427 健診センター
TEL (0773) 75-1920
FAX (0773) 75-7380
月~金 8:30~17:00
(土・日・祝日・年末年始12/29~1/3・創立記念日6/1休)

