

【連載】特定健診検査項目シリーズ

～眼底検査編～

特定健診を健康づくりにいかそう！

文=村上 友理 (保健師)



『眼底検査』で観察できる血管は、脳の血管から枝分かれした細かい血管で、脳の血管の状態を推測できる唯一の血管です。これを観察することで、高血圧や脂質異常症による血管への影響や、糖尿病の合併症である糖尿病性網膜症などによる動脈硬化の程度を判断するのに役立ちます。

眼底検査でわかること

眼 底検査は、視力検査とは異なり、眼球の奥にある眼底を眼底カメラを通して観察し、眼底の血管・網膜・視神経を調べる検査です。

眼底の動脈硬化がすすんでいけば、脳や腎臓の血管も動脈硬化がすすんでいる可能性があります。

また、『眼底検査』では、このような血管の変化の他に白内障や緑内障などについても知ることができます。

高血圧や糖尿病による血管の変化がわかる

高血圧が続くと、血管が緊張して細くなります。しだいに血管は弾力を失い、重症化すると、網膜に出血や白斑、浮腫が生じます。この状態を高血圧性網膜症といいます。

このような血管が変化する段階を健診結果では数字であらわしています。『0』は正常、『1』以上で高血圧や動脈硬化によって血管が細くなったり硬くなったりしている状態です。(表参照)

また、高血糖が持続したり糖尿病であると、血管が厚く

表：血管の状態

進行度	高血圧性変化 (H)	動脈硬化性変化 (S)
0	異常なし	異常なし
1	血管が細くなる	血管が不透明になる、動脈が静脈を圧迫する
2	血管の太さが不揃いになる	血管がより不透明になる、静脈が変形する
3	出血・白斑(血管が破れて血液成分が網膜に染み出る)	血管が白濁している(銅線動脈)
4	循環障害が生じるため、視神経が集まる乳頭部が腫れる	血管の白濁がひどくなる(銀線動脈)

なったり、血管内にこぶができます。こぶが破裂すると出血を起こします。出血を起こしても新たに血管はできませんが、新しい血管はもろく破裂しやすいため、出血を繰り返すようになります。この状態を糖尿病性網膜症といいます。いずれも症状を放っておくと失明のおそれがあります。

異常がみつかったら

白内障や緑内障、網膜の病気など眼の病気がみつかった場合には治療が必要です。特に、高血圧性網膜症や糖尿病性網膜症などで眼底出血が認

められた場合は、放置しておくとし明するおそれがあるため、治療を急ぐ必要があります。

また、高血圧や糖尿病で動脈硬化が進行していることが判明した場合、生活習慣を見直して血圧や血糖値が正常となるように注意していく必要があります。

血圧や血糖値が高い方は、一年に一度は特定健診や眼科で『眼底検査』を受けて血管の状態を確認しておきましょう。また、目の見えにくさなど自覚症状がある場合は、なるべく早く病院を受診しましょう。