

白内障と診断されたあなたへ

# もっとよく見える 明日のために

\ 白内障についてもっと知りたい方は  
ウェブでさらに詳しくご説明しています /



<https://www.myalcon.com/jp/cataracts/>

わかる白内障

検索

ここからセカンドライフが始まよ！



## 白内鳥

【はくないちょう】

書物を読むことが大好きで  
白内障に詳しいフクロウ。  
博識で色々なことを、はっきり  
教えてくれる。

東京歯科大学水道橋病院 眼科 名誉教授  
監修：ビッセン 宮島 弘子

Alcon



## 眼内レンズ選びは人生で一度きり

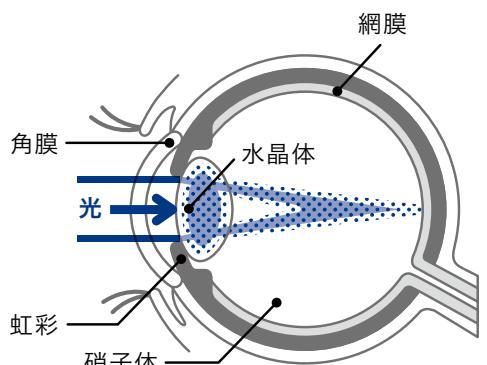
白内障の治療では、濁った水晶体を取り除き、  
その代わりに眼内レンズを挿入して固定する方法が一般的です。  
眼内レンズには、焦点の合わせ方の違いにより、  
「単焦点レンズ」「多焦点レンズ（3焦点タイプ／焦点深度拡張タイプ）」  
などの種類があります。  
眼内レンズの寿命は長く、よほどのことがない限り、  
一度挿入したら取り替えることはありません。  
だからこそ、これから毎日をより快適に過ごすためにも、  
白内障やその治療法について正しく理解し、  
あなたの生活に合った眼内レンズを選ぶことが大切です。



眼の中には、カメラのレンズに相当する水晶体という組織があります。  
加齢などが原因で、水晶体が濁ってしまい、  
見え方に影響が出てしまった状態を、白内障といいます。

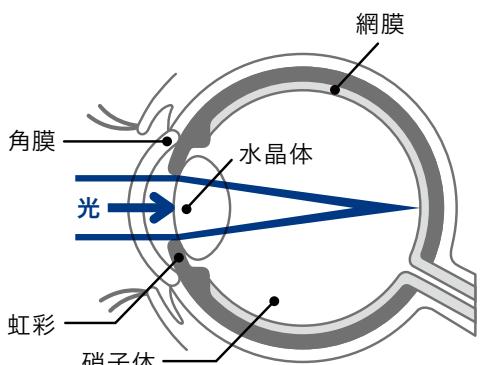
### 白内障の眼

水晶体が濁ってくると、光が通りにくくなり、  
見え方に影響が出ます。



### 正常な眼

水晶体が透明なため、光が十分に通ってよく見えます。



### 白内障の症状

水晶体が濁っている部位、濁りの程度によってさまざまな症状が現れます。

- ものがぼやける、かすんで見える
- 眼が疲れやすい
- 人や物が二重に見える
- 近視が進んだ感じがする
- 晴れた日の屋外や対向車のライトがまぶしく感じる



## どんな治療をするの？

白内障は外科手術で完治が目指せる疾患です。

白内障手術は60歳以上の方によく行われている手術で

濁った水晶体を取り除き、代わりに人工のレンズ（眼内レンズ）を眼の中に挿入します。

### 白内障手術実施割合



男性60歳以上



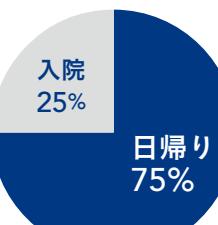
女性60歳以上

※平成28年4月～平成29年3月の眼科における日帰り手術の実施件数を集計

※白内障手術は、眼内レンズを挿入したものを集計

出典：「第3回NDB オープンデータ」（厚生労働省）（[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000177221\\_00002.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000177221_00002.html)）を加工して作成

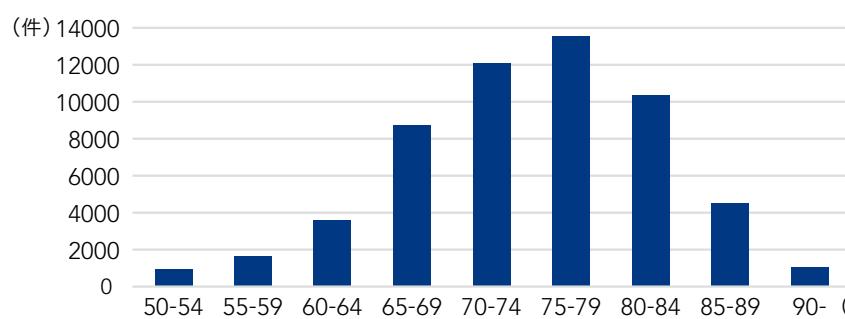
### 日帰り手術割合



※外来および入院の水晶体再建術  
(眼内レンズを入れる場合のみ)件数  
(平成28年4月～平成29年3月診療分)

出典：「第3回NDB オープンデータ」（厚生労働省）（[https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000177221\\_00002.html](https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000177221_00002.html)）を加工して作成

### 手術実施年齢



※水晶体再建術  
(眼内レンズを入れる場合のみ)件数  
※レセプト情報・特定健診等情報データベースより集計  
出典：「平成29年社会医療診療行為別統計」（厚生労働省）（<https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/sinryo/tyosa17/>）を加工して作成

#### POINT!

技術の進歩により、多くの医療機関で日帰りで実施されるようになっています。



## むずかしい手術なの？

水晶体の濁りは薬で取り除くことができないため、ほぼすべての症例に眼内レンズが使用されます。白内障手術は年々進歩しており、眼内レンズの種類も増えているため、安心して手術を受けられる環境が整っています。

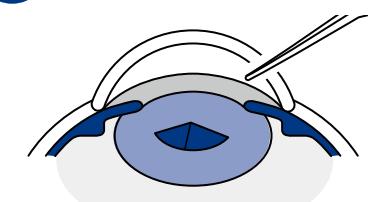
### 超音波白内障手術

#### 1 麻酔をする



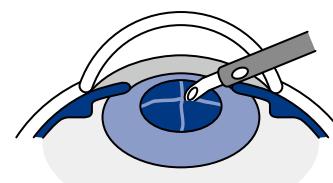
ほとんどの白内障手術は点眼麻酔。麻酔によって手術中はほとんど痛みを感じません。

#### 2 角膜を小さく切開する



手術器具を通すために、角膜に約2mmの切開をし、水晶体の表面に小さく円形の切開をします。

#### 3 濁った水晶体を取り除く



水晶体を包む袋（水晶体囊）の切れ目から器具を入れ、超音波で水晶体を碎きながら吸引して取り除きます。

#### 4 眼内レンズを入れる



空になった水晶体囊の中に眼内レンズを入れ、固定します。

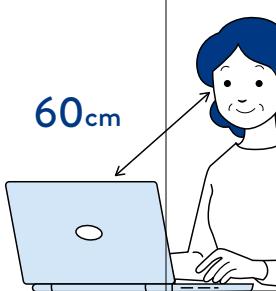
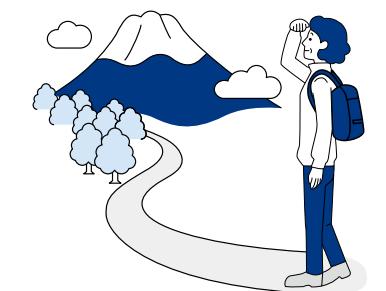
#### POINT!

手術後には、炎症をおさえ、感染を予防するために点眼薬が処方されるのが一般的です。



## 生活の中で見ているものは？

眼科でいう近方距離・中間距離・遠距離は、普段の生活でイメージする距離とは少し異なります。だいたいの目安として、下記のように考えるとよいでしょう。

近 方 距 離	中 間 距 離	遠 距 離
 40cm	 60cm	
40cm ..... 50cm ..... 60cm ..... 1m ..... 2m ..... 5m ..... 無限遠		
 スマホを見る  化粧をする  料理をする  読書をする  裁縫をする  車を運転する	 パソコンを見る  外出・移動  買い物をする・掃除をする  食事をする  絵を描く  楽器を演奏する  スポーツをする	 テレビを見る  をする  観劇・コンサート



## どんなレンズがあるの？

眼内レンズは焦点距離によっていくつかの種類に分類され、種類によって見え方や費用が異なります。

**単焦点レンズ**  
【保険適用】

遠・中・近のいずれか1つの距離に  
焦点が合います。

**多焦点レンズ**  
**3焦点タイプ**  
【選定療養】

遠方、中間、近方の3つの距離に焦点が合い、  
各距離でクリアな見え方を実現します。<sup>\*1</sup>

\*1 3つの焦点距離にあるものを、クリアに見られますが、焦点距離のものであっても、単焦点レンズほどクリアな視界は得られません。また、強い光を眩しく感じることがあります。

**多焦点レンズ**  
**焦点深度拡張  
タイプ**  
【選定療養】

遠方から実用的な近方距離<sup>\*2</sup>まで切れ目なく  
焦点が合い、より自然な見え方を実現します。

\*2 実用的な近方距離：細かい字を読む場合等に  
近方用の眼鏡が必要になる可能性があります。

### POINT!

眼内レンズの種類は、患者様の希望や生活スタイルを考慮し、医師と相談した上で決定します。

※眼内レンズには、上記のほかに、2つの距離にピントが合う「2焦点レンズ」等のレンズもあります。  
※焦点が合っているところでも、場合によっては眼鏡が必要なことがあります。

## 「メガネのない生活\*」、 という選択肢があります。

以前は、視界を確保することが白内障治療の大きな目的でしたが、手術方法や眼内レンズが進歩した現在は、「いかによく見えるか」を追求することが可能となっています。眼内レンズの選択肢が限られていた時代には、手術後に眼鏡が必要になる人もいました。

しかし、最近では眼鏡をかけずに生活している人も数多くいます。  
「不自由なく、より快適に暮らせる見え方」を主治医の先生とよく相談し、あなたにとって最適な治療を選択しましょう。



本を読む



料理をする



買い物をする



自動車を運転する



スポーツをする



登山をする

\*焦点が合っているところでも、場合によっては眼鏡が必要なことがあります。



## 実際どういう見え方なの？

眼内レンズはあらかじめ設定した距離に焦点が合うようになっているので、レンズによって見え方が異なります。夜間は、レンズの種類によって電灯や車のライトが散乱して見えたり、ライトの周りに丸い輪状の光が見えたりすることがあります（グレア・ハローと呼ばれます）。

### 単焦点レンズ

遠・中・近のいずれか1つの距離に  
焦点が合います。



\*遠方に焦点を合わせた場合の見え方



遠・中・近のいずれか1つの距離に  
焦点が合い、夜間の光は  
問題なく見えます

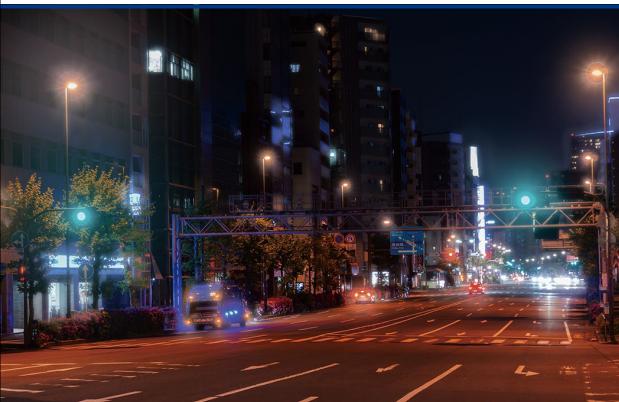
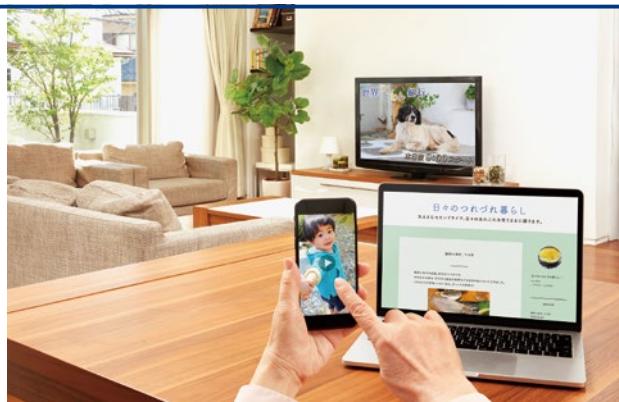


### 多焦点レンズ

#### 3焦点タイプ

遠方、中間、近方の3つの距離に焦点が合い、  
各距離でクリアな見え方を実現します。<sup>\*1</sup>

\*1 3つの焦点距離にあるものを、クリアに見られますが、焦点距離のものであっても、単焦点レンズほどクリアな視界は得られません。また、強い光を眩しく感じことがあります。



光の周りにリング状のもやが  
かかっているように見えたり（ハロー）、  
光がぎらついて少しまぶしく見えたり  
(グレア)することがあります

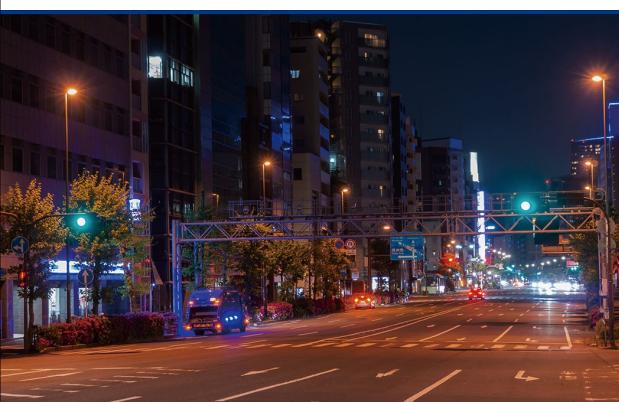
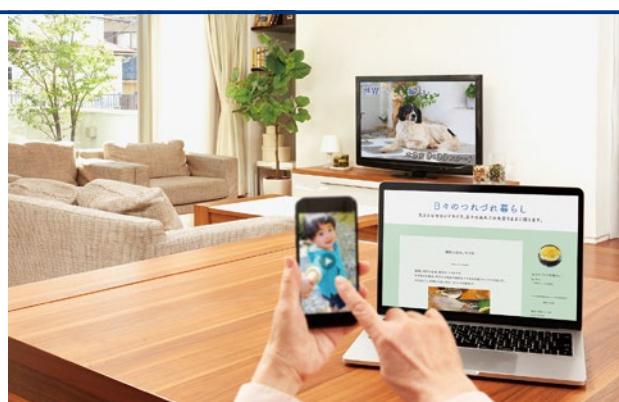


### 多焦点レンズ

#### 焦点深度拡張タイプ

遠方から実用的な近方距離<sup>\*2</sup>まで  
切れ目なく焦点が合い、  
より自然な見え方を実現します。

\*2 実用的な近方距離：細かい字を読む場合等に近方用の眼鏡が必要になる可能性があります。



夜間の光は  
問題なく見えます

### POINT!

眼内レンズで合わせられるピントの範囲によって、眼鏡が必要になる場面が異なってきます。

※写真はシミュレーションイメージです。術後の見え方には個人差があります。  
※眼内レンズには、上記のほかに、2つの距離にピントが合う「2焦点レンズ」等のレンズもあります。  
※焦点が合っているところでも、場合によっては眼鏡が必要なことがあります。



## レンズはどう選べばいいの？

眼鏡なしの  
生活に  
憧れますか？

はい

希望する見え方が  
実現するなら、  
多少の費用負担は  
許容できますか？

はい

夜間の光の見え方  
(グレア・ハロー)が  
気になりますか？

はい

→はい → いいえ

いいえ

### 単焦点レンズ

#### メリット

- 保険診療の範囲内で治療が完了する
- 夜間の光がにじんだり、まぶしく見えたりすることがない

#### デメリット

- 焦点が合わない距離を見るためには眼鏡が必要



医師と相談の上、  
ご自身の生活スタイルにあった  
最適な眼内レンズを  
決定してください。

いいえ

いいえ

↓

### 多焦点レンズ 3焦点タイプ

#### メリット

- 複数の距離に焦点が合う
- 眼鏡が不要となる人が多い<sup>\*1</sup>

#### デメリット

- レンズ費用は単焦点よりも高額<sup>\*2</sup>
- 夜間の光がにじんだり、まぶしく見えたりすることがある

#### メリット

- 切れ目なく焦点が合い、より自然な見え方を実現する
- 眼鏡が不要となる人が多い<sup>\*1</sup>

#### デメリット

- レンズ費用は単焦点よりも高額<sup>\*2</sup>
- 細かい字を読む場合等に近方用の眼鏡が必要になる可能性がある

\*眼内レンズには、上記のほかに、2つの距離にピントが合う「2焦点レンズ」等のレンズもあります。

\*1 焦点が合っているところでも、場合によっては眼鏡が必要なことがあります。 \*2 手術代は保険適用



## 白内障手術Q&A

**Q 眼内レンズによって、目がゴロゴロしたり、痛かったりしますか?**

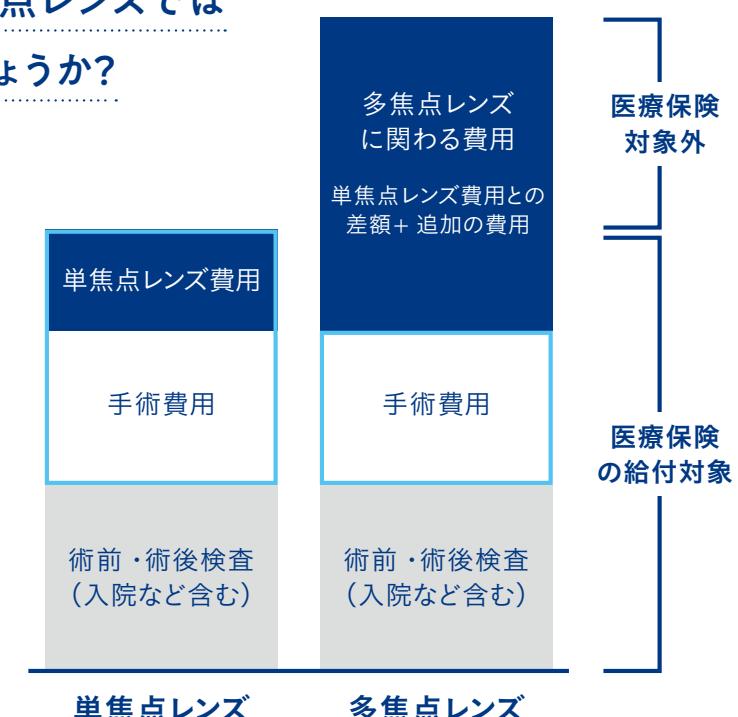
**A** 眼内レンズは目の中に入っているので、ゴロゴロしたり痛かったりすることはあります。目の表面の傷口が多少ゴロゴロすることがあります、1週間程度で治ります。

**Q 単焦点レンズと多焦点レンズでは費用は異なるのでしょうか?**

**A** 単焦点レンズを使用する治療では、レンズの費用含め通常の白内障手術は全額保険適用<sup>\*1</sup>です。多焦点レンズを使用する治療では、単焦点レンズとの差額などを自己負担することで受療できます（選定療養<sup>\*2</sup>）。

\*1 保険診療での負担額は、加入している保険の種類や手術時に使用する薬剤によって異なります。かかりつけの医療機関で確認が必要です。

\*2 選定療養とは：治療に関わる追加費用を自己負担することで、保険適用外となる治療を保険適用の治療と組み合わせて受けることができる制度。



「目を手術するって怖いし、不安…」と思っている方も少なくないでしょう。ここでは、白内障手術に関して患者様からよく寄せられる質問をまとめました。

**Q 眼内レンズは、一度入れたら一生そのままですか？レンズ交換や、再手術が必要になることはありますか？**

**A** 基本的に、一度挿入した眼内レンズは耐久性があるので一生使い続けます。特別な理由がない限り、レンズ交換や再手術の必要はありません。

ご不安があれば医師に相談してください。

**Q 眼内レンズを入れたあとに、再び白内障になることはありますか？**

**A** 白内障は、一度手術を受ければ基本的に再発することはありません。しかし、術後しばらくしてから、水晶体嚢が濁る「後発白内障」で視力が低下することがあります。通常の外来診療でレーザーを用いて濁りを除去できるので心配はいりません。

**Q 多焦点レンズを挿入した人の満足度はどのくらいですか？**

**A** 10か国、1,826人の白内障患者様を対象に行われた2023年のインターネット調査では、多焦点レンズを入れた患者様の81%が、ご自身の生活の質が改善したと回答しています。

調査概要：ブラジル、中国、スペイン、イタリア、日本、韓国、インド、アメリカ、ドイツ、オーストラリアの10か国において2023年に実施されたインターネット調査。対象は、白内障患者1,826名および白内障と診断されていない人5,505名。視力に対する意識、白内障治療に対する考え方、治療後の生活変化や満足度などを調査項目とした。  
出典：Alcon白内障調査 GLOBAL SURVEY REPORT (2023年5月)  
利益相反：本調査はAlconの資金提供により実施された。

