

➕ 50歳が「眼の曲がりかど」

「お肌の曲がりかど」「体の曲がりかど」という表現がありますが、眼にも曲がりかどがあります。

人間の眼は生まれてからある時点までは成長を続けますが、いつかは衰えます。生まれたときはみな遠視の状態であることは、すでにお話ししました。生後3カ月は視力0・1以下だといわれています。眼球がまだ小さいので、水晶体で屈折した光が網膜の後ろ側に焦点を結んでしまうためです。

生後1カ月ほどするとものをじつと見つめるようになりますが、1歳までの1年間で視力は0・1から0・2くらいまでしか発達しません。その間に、眼球を自在に動かせるようになります。2歳ころになると、大人と同じ視力検査表を使って視力検査や斜視の検査などもできるようになるので、眼の状態をより詳細に知ることができます。

また、3歳児健康診断では、視力検査も検診内容の一つとなっています。視力の発達が遅い場合、このときにわかることが多いようです。眼球の発達のスピードが遅ければ眼軸長が十分な長さとならず、遠視となります。その場合はすぐに眼鏡をかけさせなければ、「ものを見る」という機能が発達せず、脳の成長にも悪い影響を及ぼします。

一般的には、小学校に入学するころまでには、視力は正視の状態になります。ただ、勉強や本、ゲームなどによって近視になる子どもが増えます。これ以降は、近方視環境にさらされることになり、眼の使いすぎによる調節力の低下によって近視を発症する人もいます。

近視になる可能性があるのは、かつては「眼球の成長が止まる20歳くらいまで」とされてきました。また、高校時代の受験勉強などによる眼の使いすぎをきっかけに近視となるケースも多かったようです。そのころの大学生はそれほど勉強もせず、パソコンや携帯電話もなかったのです。それほど眼を酷使する必要もなく、娯楽で眼を使うといえば映画くらいのものでした。しかし最近の近方視環境により、大学生や社会人でも近視になる人が増えました。

50歳ころになると、新聞を読むときやりんごの皮をむくときなど、知らず知らずのうちにものを遠ざけてみようとしていることに気がつきます。このころを境に、眼の調節力はどんどん低下していき、これ以降は上がることはありません。同時

に、水晶体の弾力性が衰えはじめ、収縮しにくくなります。同時に、老眼の症状を自覚しはじめる人が増えます。時を同じくして水晶体の白濁、すなわち白内障が進行しはじめます。このころがまさに「眼の曲がりかど」といえるでしょう。