

## -老眼自覚タイミングについての意識調査より- 紫外線を多く浴びているほど老眼を自覚するタイミングが早い!?

目の紫外線曝露量が多かった人と少なかった人との比較において、有意差がみられました

「目の健康」を大切にす使捨てコンタクトレンズ「アキュビュー®」を提供する、ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケアカンパニー（本社：東京都千代田区、代表取締役プレジデント：デビッド・R・スミス）は、目の紫外線曝露量と老眼の自覚症状の関係について30～60代の男女832名にアンケート調査を行いました。

目には入ってくる光を感知し脳に伝えるという大切な働きがあります。しかしながら他の器官と違い唯一外部にさらされていることから、直接的なダメージを受けやすい部分であり、日々蓄積されるダメージによって、眼病や老化を引き起こす可能性があるとされています。

一生の間に浴びる紫外線の約50%は18歳になる前に浴びる※1といわれていることを考慮し、今回の調査では、10代および成人後の屋外活動の実態を元に、調査対象を紫外線曝露量が多い群と少ない群に分けて、目の症状を調査しました。この結果、周囲の人と比べて老眼を自覚した年齢が「早かったと思う」と「やや早かったと思う」と答えた人の割合が、目の紫外線曝露量が多い群で高い傾向にあることがわかりました。※2

さらに、30～60代の5割以上が老眼の症状を感じているにもかかわらず、目の紫外線対策について意識をしている人は約3割にとどまっています。

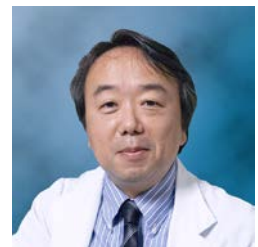
この結果を受けて、ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケアカンパニーでは、改めて老眼をはじめとする紫外線が目にも与える影響と日常生活における目の紫外線対策に関する啓発活動に努めていきたいと考えています。

### 目の紫外線対策の重要性を改めて確認しました。

～金沢医科大学 眼科学講座 教授 佐々木洋先生～

以上の結果について、目と紫外線に関する研究の第一人者である金沢医科大学 眼科学講座 教授 佐々木洋先生は、以下のようにコメントしています。

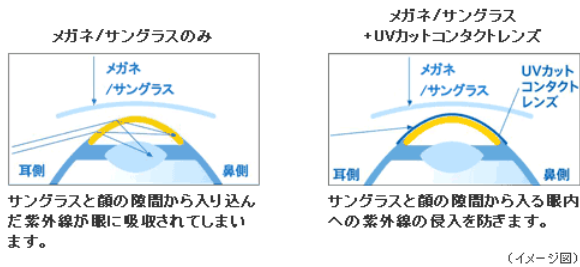
「今回の調査は、あくまでもアンケートによる結果ではありますが、紫外線を浴び続けることが要因と考えられる症状として、白目の一部がシミのように黄色く濁って盛り上がる“瞼裂斑（けんれつはん）”などの眼疾患だけでなく、老眼を自覚する年齢が早まる可能性が示唆されました。



一方で、紫外線が目を与える影響についての意識は、肌と比べてまだまだ低く、目の紫外線対策を行っている方は少ないという現状があります。**サングラス（メガネ）、UVカットコンタクトレンズ、帽子の3点セットで、毎日の紫外線対策を心がけましょう。**



なお、メガネやサングラス単独の場合、「コロナオ現象※」によって、レンズと顔の隙間から入り込んだ紫外線が眼に吸収されてしまい、結果的に正面からの紫外線よりも強いダメージを与える可能性があります。また、レンズの色が濃いタイプの場合、視界が暗くなることで瞳孔が開き、結果として眼内に紫外線が入りやすくなる可能性があるため注意が必要です。」



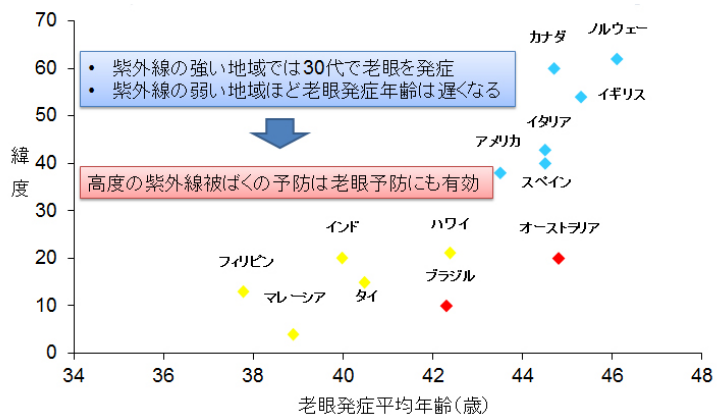
※コロナオ現象とは：眼の側面（耳側）から入り込んだ紫外線が、角膜周辺部で屈折したあと、眼の鼻側に集中することを「コロナオ現象」と言います。結果的に正面からの紫外線よりも強いダメージを与えます。メガネやサングラスの他に、UVカットコンタクトレンズを補足的に使うことによって、隙間から入る紫外線が眼に吸収される前にブロックできます。

<参考資料①>

各国の緯度と老眼発症平均年齢の相関を見ると、紫外線の強い地域では、30代で老眼を発症。一方、紫外線の弱い地域ほど、老眼発症年齢は遅くなっている。

Miranda MN, Tr. Am. Ophth. Soc. 1979

<緯度と老眼発症平均年齢の相関図>



<参考資料②>

老眼とは：老眼とは年齢と共に調節力が減退し、調節しても近方視が困難となった状態で、一種の老化現象であり、屈折異常とは根本的に異なる状態で<sup>※3</sup>、病気ではない。水晶体の硬化によって、屈折力が変化しにくくなっていることが原因<sup>※4</sup>

\*\*\*\*\*

※1 Stern RS, J Invest Derma 2005

※2 本調査にて、紫外線曝露量が多かった人と、少なかった人のうち、老眼の自覚症状が周りの人よりも「早かったと思う」「やや早かったと思う」と答えた人を比べると、有意な差がみられました。詳細は P 2 をご確認ください

※3 所 敬：調節. 現代の眼科学： 63, 金原出版, 東京, 1990.

※4 Semmlow JL, Stark L, Vandepol C, et al: The relationship between ciliary muscle contraction and accommodative response in the presbyopic eye. In: Obrecht G, Stark LW (ed): Presbyopia Research – from molecular biology to visual adaptation. 245-243, Plenum Press. New York, 1991

\*\*\*\*\*

### <ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケア カンパニーについて>

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケア カンパニーは、1991 年に世界初の使い捨てコンタクトレンズ アキュビュー®を日本に導入して以来今年で 25 周年を迎えます。その間、常に使い捨てコンタクトレンズ市場をリードし続けてきました。これからも、すべての人が毎日を健康に明るくクリアな視界で過ごせるよう、人々のクオリティ・オブ・ビジョン(QOV)の向上を目指して、貢献し続けたいと願っています。

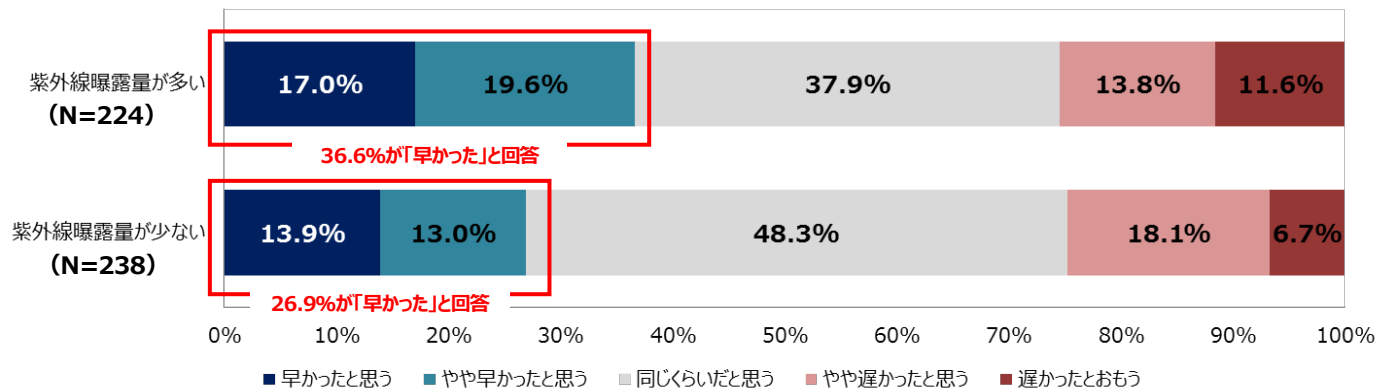
アキュビュー®はジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社の登録商標です。\*この情報は発表時点での情報です。

<調査結果>

**周りの人に比べ老眼の自覚タイミングが「早かった」「やや早かった」と答えた人は、紫外線曝露量が多い傾向に。**

本調査では、一生の間に浴びる紫外線の約50%は18歳になる前に浴びる<sup>※1</sup>といわれていることを考慮し、10代および成人後の屋外活動の実態を答えてもらうことにより、紫外線曝露量が多い群と少ない群に分け、目の症状について比較しました。この結果、老眼を自覚したタイミングが周囲の人よりも「早かった」および「やや早かった」と答えた人は、紫外線曝露量が多い群では「早かった」17.0%、「やや早かった」19.6%を合わせて36.6%、紫外線曝露量が少ない群では「早かった」13.9%、「やや早かった」13.0%を合わせて26.9%となり、その差は9.7%で、有意な差が認められました。

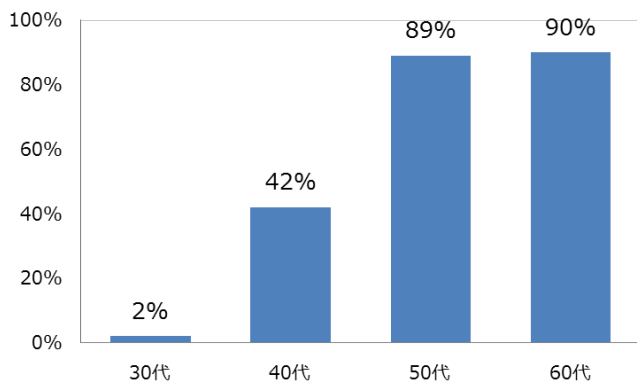
●紫外線曝露量と老眼を自覚したタイミングの関係 (回答者数=「老眼を感じている人」462人)



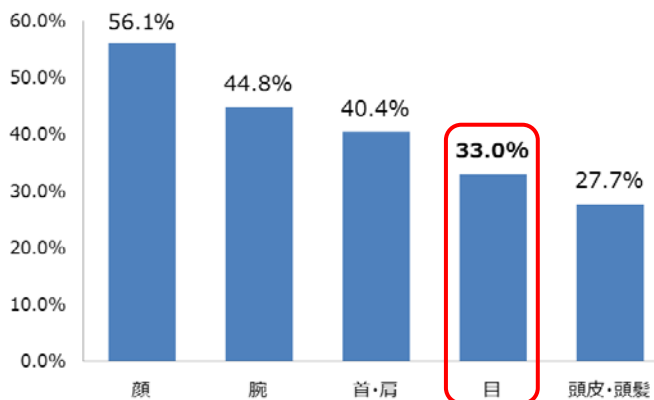
**30～60代の56%が「老眼の症状を感じている」と回答。40代でも40%以上が老眼の症状を感じる結果に。また、男性の方が女性にくらべ若干自覚が早い。一方、目の紫外線対策について意識をしている人は約3割にとどまっています。**

老眼の症状の自覚については、30～60代の56.0%が症状のはじまりを感じており、40代の4割強の人が老眼を感じ始めていることがわかりました。また、老眼を感じ始めた年齢の平均は全体で47.8歳、男性の平均が47.1歳に比べ女性は48.5歳となっており、男性の方が老眼を自覚し始める年齢が若干早いという結果になりました。

●老眼を感じている人の割合 (n=832)



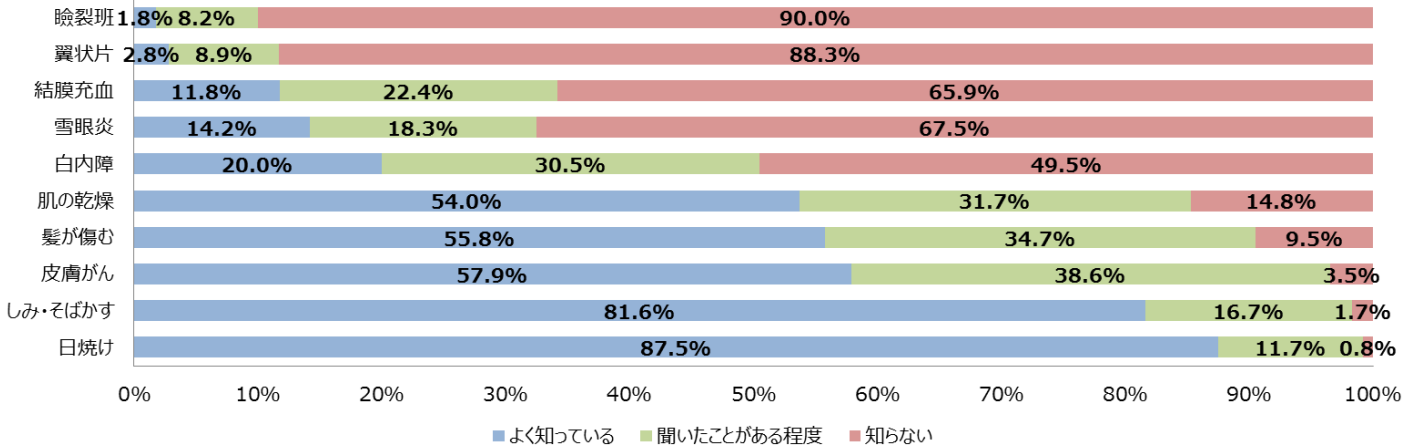
●紫外線対策を意識している部位 (n=10,000)



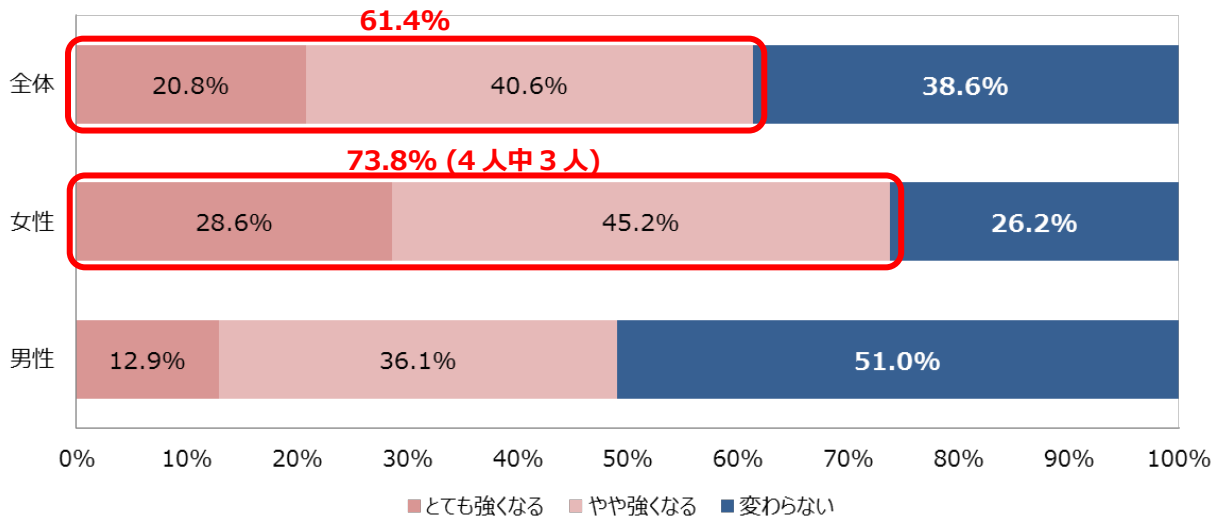
## 紫外線が引き起こすといわれている症状として、目の病気についての認知は低い

紫外線が引き起こすといわれている症状として、「日焼け」「しみ・そばかす」「乾燥」「皮膚がん」に比べ、目の病気については認知が低い状況がうかがえる結果となりました。一方、「紫外線が老眼の原因になりうると聞いたら、紫外線対策に対する意識がどのように変わるか」を聞いたところ、「とても強くなる」「強くなる」と回答した人は合わせて60%以上に上りました。特に女性では、4人中3人が、目の紫外線対策への意識が強くなると答えています。

### ● 紫外線が引き起こすといわれている症状について、どの程度知っていますか？ (n=832)



### ● 紫外線が老眼の原因になりうると聞いたら、紫外線対策に対する意識はどのように変わりますか？



#### [調査概要]

- 調査目的 : ①紫外線対策に関する意識と実態を把握する  
②老眼の自覚症状の有無と紫外線曝露量の関連性を検証する
- 調査方法 : インターネット調査
- 調査時期 : 2016年4月7日～10日
- 有効回答数 : 832 サンプル

※ 紫外線曝露量について：10代の頃の屋外活動と紫外線対策、成人後の職業と屋外での活動実態と紫外線対策を回答してもらうことにより、その多少を分類。多い順、少ない順に、各世代30代～60代×男女で計16に各50名ずつ割付

<10代の頃の屋外活動>中学生・高校生それぞれの時にどうであったかを回答

1: 徒歩・自転車で通学していたが多かった (多) 2: 家の中で遊ぶより、外で遊ぶ方が多かった (多) 3: 外で遊ぶより家の中で遊ぶ方が多かった (少) 4: 屋外での練習が多い部活動やスポーツクラブに所属していた (多) 5: 屋内での練習が多い部活動やスポーツクラブに所属していた (少) 6: 日焼けが多かった (多) 7: 水上のスポーツをしていた (多) 8: 雪上のスポーツをしていた (多) 9: 内勤のアルバイトをしていた (少) 10: 外勤のアルバイトをしていた (多) 11: あてなまるものはない (-)

<紫外線対策>中学生・高校生それぞれの時にどうであったかを回答

1: メガネをかけていた 2: コンタクトレンズをしていた 3: サングラスをしていた 4: 帽子・サンバイザーをしていた 5: 通年、腕・脚が隠れるような服 (長袖・長いパンツ) を着ていた 6: 腕・脚が隠れるようなUVカットの服 (長袖・長いパンツ等) を着ていた 7: 日傘をさしていた 8: 日焼け止めクリームを塗っていた 9: 日焼けしたと感じたらすぐに肌を冷やしていた 10: 紫外線防止の化粧品を使っていた 11: 紫外線対策として、普段からビタミンCをよく摂取していた 12: あてなまるものはない

<成人後の職業>20代～60代の時にそれぞれどうであったかを回答

1: 外勤の仕事 2: 内勤の仕事 3: 仕事をしていない

<屋外での活動実態>20代～60代の時にそれぞれどうであったかを回答

1: 1日中、日の当たる場所にいる/いた 2: 1日の大半は、日の当たるところにいる/いた 3: どちらかという、日の当たらない場所にいる方が多い/多かった 4: どちらかという、日の当たらない場所にいる方が多い/多かった 5: 1日の大半は、日の当たらない場所にいる/いた 6: 1日中、日の当たらない場所にいる/いた

<紫外線対策>20代～60代の時にそれぞれどうであったかを回答

1: メガネをかけていた 2: コンタクトレンズをしていた 3: サングラスをしていた 4: 帽子・サンバイザーをしていた 5: 通年、腕・脚が隠れるような服 (長袖・長いパンツ) を着ていた 6: 腕・脚が隠れるようなUVカットの服 (長袖・長いパンツ等) を着ていた 7: 日傘をさしていた 8: 日焼け止めクリームを塗っていた 9: 日焼けしたと感じたらすぐに肌を冷やしていた 10: 紫外線防止の化粧品を使っていた 11: 紫外線対策として、普段からビタミンCをよく摂取していた 12: あてなまるものはない

\*\*\*\*\*

## ◇ アキュビュー®シリーズは全製品 UV カット

アキュビュー®シリーズの全製品にはUVカットが採用されています。アキュビュー®シリーズは、1998年より、全製品にベンゾトリアゾール系紫外線吸収剤を配合しており、紫外線B波を97%以上、紫外線A波を81%以上カットします※。

※ Johnson&Johnson VISION CARE,INC.データより。

UV吸収剤を配合したコンタクトレンズは、UV吸収サングラスなどの代わりにはなりません。



販売名： ワンデー アキュビュー トゥルーアイ/ワンデー アキュビュー モイスト/ワンデー アキュビュー/アキュビュー オアシス/アキュビュー アドバンス/2ウィークアキュビュー/アキュビュー/〈ワンデー アキュビュー ディファイン モイスト/2ウィーク アキュビュー ディファイン〉

承認番号： 22200BZX00226000/21600BZY00408000/20500BZY00282000/21800BZY10252000/21800BZY10251000/20600BZY00128000/20300BZY00736000/〈22300BZX00126000/22000BZX00369000 [効能・効果：視力補正、虹彩又は瞳孔の外観 (色、模様、形) を変えること]

- コンタクトレンズは高度管理医療機器です。必ず事前に眼科医にご相談の上、検査・処方を受けてお求めください。
- ご使用前に必ず添付文書をよく読み、取扱い方法を守り、正しく使用してください。