

医療メモ

ドライアイと流涙

本庄市児玉郡医師会広報部

人生において、悲しい場面やうれしい場面で涙を流した経験が、誰しも少なからずあるでしょう。私は最近、ドラマを見て感動したくさん涙を流しました。今回は、そんな涙の話です。

涙は、喜怒哀楽を表現するだけではなく、人間がものを見るうえで欠かせません。涙は涙腺という組織でつくり、眼の表面に潤いを与えます。涙は眼の表面から蒸発するか、鼻涙管と呼ばれる細い管を通して鼻の中へ流れていきます。一定量の涙が眼の表面に保たれるよう、人体のさまざまな機能が涙の分泌を調整しています。涙の量が少なくても多くても、人間は目が不快になったと感じます。

●涙が少ない場合

いわゆるドライアイという状態です。涙の量が少なくなり、眼の表面に傷ができます。ドライアイにかかっている方は非常に多く、日本人の約 15 ～ 20％とされています。原因はパソコン作業やスマホを見ること、加齢、コンタクトレンズ、湿度の減少、喫煙、薬の副作用等、さまざまです。目の乾きを感じ、異物感等も症状としてあります。一方、高齢者は乾燥感を訴えず、ショボショボ感、何とも言えない目の違和感など、訴えが一定しないこともあります。眼科では、涙の量や眼の表面の状態

を確認することが可能です。治療の基本は目薬です。涙を補充する点眼薬を処方します。点眼薬で効果があまりない場合は、涙の出口をふさいでしまう涙点プラグという方法もあります。また、特に冬場等は屋内の湿度を上げることも効果的です。

●涙が多い場合

ドライアイに比べるとあまり知られていませんが、実は高齢者に非常に多いです。悲しくもないのに常に涙が多く、目の不快感、目やに、ショボショボ感等を感じます。両目同時に起こることもあれば、片目だけのこともよくあります。両目の場合は、涙の分泌が調整しづらくなっていることが多いです。片目の場合は、涙の通り道である鼻涙管が狭くなっていたり、詰まっていることがあります。眼科では、このどちらかの症状も診断することが可能です。最近は、鼻涙管の中を直接見ることのできる内視鏡が開発され、治療が大きく進歩しました。内視鏡を使って鼻涙管の狭いところや詰まっているところを広げることができます。

涙の病気について解説しました。たかが涙の問題で、大きな病気になることは少ないですが、今回解説した症状がある方は多いのではないのでしょうか。ぜひ一度眼科でご相談ください。

休日・夜間の急病のときは…

▶本庄市児玉郡医師会立本庄市休日急患診療所

☎ 23- 3 3 2 2

本庄市保健センター内で、内科系の比較的症状が軽く、入院の必要がない方の診療を行います。

※診療以外に関する問い合わせ・電話相談はご遠慮ください。

▶診療日と受付時間

◆日曜・休日・年末年始（12/30 ～ 1/ 3）

①午前9時～正午、②午後1時～4時、③午後7時～9時45分
※①②では発熱外来を行っていますが、時間内で診療できる人数には限りがあります。

◆平日木曜日夜間 午後8時～9時45分

▶用意 健康保険証

▶在宅当番医療機関 ▶診療時間 午前9時～正午

9月1日(日)	服部クリニック	東台4丁目	☎ 24- 4 6 7 1
9月8日(日)	池田レディースクリニック	小島南3丁目	☎ 22- 2 0 4 8
9月15日(日)	ヒグチクリニック	栗崎	☎ 25- 5 3 0 0
9月16日(祝)	本庄脳神経外科・脊椎外科	早稲田の杜5丁目	☎ 23- 9 1 5 6
9月22日(祝)	松本産婦人科医院	千代田1丁目	☎ 24- 3 3 7 7
9月23日(休)	森田整形外科クリニック	小島	☎ 23- 1 6 1 0
9月29日(日)	よしはら整形外科	児玉町長沖	☎ 73- 1 5 7 5
10月6日(日)	飯塚耳鼻咽喉科医院	上里町神保原町	☎ 34- 2 3 1 3

※受診の際は、事前の電話連絡をお願いします。

市民相談（9月～10月）



相談は無料、秘密は厳守します。お気軽にご相談ください。
 市役所受付時間：午前8時30分～午後5時15分

相 談 名	相 談 日 時 など		会 場	問 い 合 わ せ
行 政	9月19日(休) 午後1時～4時 10月17日(休) 午前10時～正午・午後1時～3時		市役所1階 市民相談室	市民課 ☎25-1113 ☎25-1112 ・各種相談は予約制 ・10月の相談予約は、9月20日(金)から受付開始します(先着順。受付開始日は電話予約のみ)。 ・同月に同じ相談を複数申し込みすることはできません。 各種相談日 ※休日等により、変更になる場合があります。 ●行政相談 毎月第3木曜日 ●法律相談 ・弁 護 士 毎月第1・2水曜日 ※奇数月第4木曜日(児玉会場) ・司法書士 毎月第3・4水曜日 (労働法律相談のある月は第4水曜日のみ) ●労働法律相談(弁護士) 5・8・11・2月の第3水曜日 ●不動産相談 毎月第2金曜日 ●年金・労働相談 偶数月第2木曜日 ●税務相談 毎月第2火曜日
法 律	9月4日(休)・11日(休)・18日(休)・25日(休)・26日(休) 午後1時～4時 ※26日の会場は、アスパアこだま1階相談室 ◎10月の相談日			
	弁護士による相談	10月2日(休)・9日(休) 午後1時～4時 定員=各6名(先着順)		
	司法書士による相談	10月16日(休)・23日(休) 午後1時～4時 定員=各6名(先着順)		
労 働 法 律	9月・10月の相談はお休みです。			
不 動 産	9月13日(金)・10月11日(金) 午後1時～4時 相談員=宅地建物取引士			
	10月10日(休) 午後1時～4時 相談員=社会保険労務士			
年金・労働				
税 務	9月10日(休)・10月8日(休) 午後1時～4時 相談員=税理士			
消 費 生 活	毎週月・水・木・金曜日(休日を除く) 午前9時30分～正午、午後1時～3時30分		市役所4階 商工観光課	商工観光課 ☎25-1175
	毎週火・金曜日(休日を除く) 午前9時30分～正午、午後1時～3時30分		上里町役場2階 産業振興課	上里町役場産業振興課 ☎35-1232
人 権	9月24日(休)・10月22日(休) 午後1時～4時		市役所1階市民相談室	市民活動推進課 ☎25-1118
	9月10日(休)・10月8日(休) 午後1時～4時		アスパアこだま2階 会議室B	
DV・女性	毎週月～金曜日(休日を除く) 午前8時30分～午後5時15分		市役所3階 市民活動推進課	市民活動推進課 ☎25-1144
家庭児童	毎週月～金曜日(休日を除く) 午前9時～午後4時		市役所2階 こども家庭センター	こども家庭センター ☎25-1129(家庭児童相談室)
教 育 (不登校等)	毎週月～金曜日(休日を除く) 午前9時30分～午後2時45分		ふれあい教室(早稲田大学 本庄キャンパス90-3号館)	教育支援センター ☎080-8474-2091
教 育 (いじめ等)	毎週水曜日(休日を除く) 電話相談:午後1時30分～5時 ※面談による相談は、電話相談の時間内に事前予約受付		はにぼんプラザ	子どもの心の相談員 ☎080-8494-1609
ひきこもり 相 談	毎週月曜日(休日を除く) 午前9時～午後5時		市役所1階生活支援課	生活支援課 ☎25-1197
心 配 ご と	9月9日(月)・10月28日(月) 午後1時～4時(受付は午後3時30分まで) ※相談時間中のご連絡は、☎21-8976へ		はにぼんプラザ2階 活動室C	本庄市社会福祉協議会 ☎24-2755
	9月2日(月)・10月7日(月) 午後1時～4時(受付は午後3時30分まで)		アスパアこだま1階 会議室	本庄市社会福祉協議会児玉支所 ☎73-1237
成 年 後 見	成年後見相談員、アドバイザー(弁護士・司法書士)による相談 9月10日(休)・24日(休)・10月8日(休)・22日(休) 午後1時～4時 ※前月初日(休日を除く)から先着順で当日午後2時まで受付(受付開始日は電話予約のみ)		はにぼんプラザ2階 活動室C	本庄市成年後見サポートセンター 本庄市社会福祉協議会 ☎24-2755
	成年後見サポートセンター職員による相談(電話・面談) 毎週月～金曜日(休日を除く) 午前8時30分～午後5時15分		はにぼんプラザ2階 本庄市社会福祉協議会	
高 齢 者 談	休日を除く月～金曜日 午前8時30分～午後5時15分 ※各地域包括支援センターが担当する地域は、おおむね中学校区域		本庄西地域包括支援センター 本庄市社会福祉協議会 (銀座1-1-1) ☎22-7088	
			本庄東地域包括支援センター 安誠園 (本庄3-1-21) ☎22-6262	
			本庄南地域包括支援センター シャローム (今井1251-1) ☎23-9580	
			児玉地域包括支援センター (児玉町金屋1302-1) ☎73-1545	
若者就労相談 (15歳～49歳)	毎週月～金曜日、第4土曜日(休日を除く) 午前9時～午後5時に事前予約		深谷若者サポートステーション(深谷市西島4-2-61 ウェストビル2階) ☎048-577-4727	

▶困ったときは電話相談(24 時間・年中無休受付)

ほんじょう健康相談ダイヤル 24 (相談料・通話料無料)

☎ 0120-122-885

健康・医療・出産・育児・介護などの相談、医療機関情報の提供を行います。(市内在住者が対象)

埼玉県救急電話相談(通話料利用者負担)

☎ # 7119

救急医療相談に看護師が対応します。健康相談・育児相談には対応しません。(大人・小児共通)

※ IP 電話、ひかり電話、ダイヤル回線からは☎ 048-824-4199
下記の電話番号からも救急電話相談が利用できます。

○小児救急電話相談 #8000 または☎ 048-833-7911

令和6年度の新型コロナウイルス感染症に関する相談窓口について

「埼玉県コロナ総合相談センター」及び「埼玉県新型コロナワクチン専門相談窓口」での電話相談は終了しました。新型コロナウイルス感染症に関して、発熱等でお困りの場合や、ワクチン接種後の副反応等については、「埼玉県救急電話相談(＃7119)」へご相談ください。

★119番は緊急時(火災やけが人など)の受付専門電話番号です。医療機関の情報は、[児玉郡市広域消防本部指令課☎24- 1 1 1 9](#)でご案内します。診療科目によっては県外や本庄市・児玉郡以外の病院をご案内する場合があります。

※感染症の拡大を防止するため、中止となる場合がありますのでご了承ください。