

まぶたの不快感は眼瞼痙攣の初期症状。 中高年の女性に多く、長引く症状には注意が必要。



眼が疲れるとまぶたがピクピクする、テレビがまぶしく見づらい、こんな症状が長引くのは眼瞼けいれんかもしれません。生命にかかわることはありませんが、放っておくと症状が進行し、目が開けられなくなったりするため、日常生活に支障をきたすことも。その症状の特徴や診断方法、治療について、神戸市の谷眼科医院院長・谷恵美子さんに話を伺いました。



回答者
谷眼科医院院長
谷 恵美子さん／たに・えみこ

神戸市生まれ。'83年神戸大学医学部卒業。神戸大学附属病院にて眼科研修後、'85～'87年兵庫県立こども病院、'87～'88年済生会兵庫東病棟、'88～'95年国家公務員等共済組合連合会六甲病院に勤務。'95年5月谷眼科医院開院。医学博士、日本眼科学会認定眼科専門医、日本眼科学会会員、日本角膜学会会員、ドライアイ研究会会員。http://www.taniganka.com/

Q 眼瞼けいれんとはどのような病気ですか？

A 疲れていたり寝不足になったりすると、まぶた（眼瞼）や目の周りがピクピクすることがあります。これは「眼瞼ミオキミア」という病気で、通常は数日から数週間ですら自然に治まります。それとは別で、いつまでも症状が治まらず、まぶたに不快感があったり、光をまぶしく感じたりするのが眼瞼けいれんです。眼瞼けいれんは、眼輪筋（がんりんきん）という目を閉じる筋肉が緊張し、開きにくい状態が起こる病気で、意思に反して目を開けにくくなり、眉間にギューとシワが寄り、まばたきしにくくなるのが特徴です。脳内の運動を抑制

するシステムが機能障害を起こしていると考えられますが、心理的ストレス、遺伝的素因、薬物の使用、化学物質への反応などさまざまな要因が指摘されています。しかし、原因となる決め手は完全には解明されていないので、症状を抑える治療が中心になります。

日本では少なくとも20～30万人の患者さんがいると考えられ、40～50歳以上に多く見られます。1対2～2.5と女性に多いのも特徴です。生命にかかわる病気ではありませんが、症状を放っておくと進行し、日常生活に支障がみられる場合も。近年は効果の高い治療法などもあるので、早めに専門医を受診することが大切です。

Q 症状の特徴を教えてください。

A 初期症状には、まぶたの不快感、まぶしく感じる、まばたきが多くなる、などがあります。徐々に症状が進行し、目を開ける時にけいれんが起きてうまく目を開けられなくなり、視界も悪くなるので、人や物にぶつかるといったことが増えてきます。さらに進むと、自分の意思ではまぶたを開けられず、目を強く閉じたままになり、外出することが困難に。こうした症状は両目に起こりますが、左右差があることも少なくありません。

間違えやすい病気は前述の眼瞼ミオキミアのほか、ドライアイ、眼精

疲労、自律神経失調症、更年期障害、眼瞼下垂、チック、開瞼失行（目を開こうとする時、目を開く動作を的確に開始できない状態）、重症筋無力症など。また「片目をつぶりやすい」との訴えもあるため、片側の顔面けいれんと間違いやすいこともあります。これらは二部治療法が同じでも、経過によって治療内容が異なるので、専門医に相談し適切な治療法を選ぶことが大切です。

Q 診断や検査はどのように行われますか？

A まず問診を行います。自覚症状として「まぶしい」「目を開けてつぶっていた方が楽」「目を開けてもらえない」といった訴えが強いこと

まぶたの不快感は眼瞼痙攣の初期症状。

メガネにまぶたを持ち上げる部品を装着する方法。開瞼失行がある

【クラッチ眼鏡】(※下欄参照)

1回3万円程度の負担が必要。

治療が有効です。健康保険適用で、繰り返し治療を受ける必要が。重症になると効果が少ないので早めの治療が有効です。

食中毒を起こす細菌の「ボツリヌス菌」の毒素を薄めた液を、目の周りの筋肉に注射し、筋肉の緊張をやわらげる治療法。感染する危険性はなく、短時間での治療が可能。現在考えられる中で最も有効とされる治療法ですが、効果持続期間は数カ月で、繰り返し治療を受ける必要が。重症になると効果が少ないので早めの治療が有効です。

【ボツリヌス療法】

A 治療法には主に次のようなものがあります。

Q 主な治療法や注意点を教えてください。

が特徴です。いつ頃からその症状があるのか、継続しているか、困っていることは何かなどを伝えていただくことが参考になります。まぶたをかたく閉じ、眉間に縦シワが深く入った表情も眼瞼けいれんの特徴と言えます。検査では、「軽くまばたきをする」「速くまばたきをする」「強く目をつぶった後に素速く目をあける」という動作のテストを行います。眼瞼けいれんでは、これらの動作をスムーズに行うことが難しいのです。

場合に、指でまぶたを持ち上げていったん開くと、脳刺激の反応で眼瞼下垂しなくなるため、この器具が有効。眼鏡店などで市販されており、片方で6000円ほど。

【薬物内服療法】

向精神病薬、抗てんかん薬、抗パーキンソン病薬などを内服。

眼瞼けいれんは心理ストレスが発症要因になることもあり、日常生活ではストレスを減らし、心を平安に保つよう心がけましょう。薬物では、神経内科などで精神安定剤として処方される、エチゾラムや睡眠導入剤が発症に関わる可能性が指摘されており、これらの薬剤の使用を中止することで回復例もあります。また、シンナーやガソリンといった化学物質の接触やシックハウス症候群が誘因になる例も。眼瞼けいれんは症状が軽いうちに治療を始める方が治りやすいという報告がありますので、自覚症状があれば早めに専門医を受診してください。

手術療法
けいれん軽減目的のため、顔面神経の除神経や閉瞼筋の切除を行うことがあります。眼瞼けいれんのために起こる眉毛下垂や眼瞼下垂などの併発症を軽減する目的で、まぶたの筋肉や皮膚を短くする手術を行うこともあります。

眼瞼けいれんは心理ストレスが発症要因になることもあり、日常生活ではストレスを減らし、心を平安に保つよう心がけましょう。薬物では、神経内科などで精神安定剤として処方される、エチゾラムや睡眠導入剤が発症に関わる可能性が指摘されており、これらの薬剤の使用を中止することで回復例もあります。また、シンナーやガソリンといった化学物質の接触やシックハウス症候群が誘因になる例も。眼瞼けいれんは症状が軽いうちに治療を始める方が治りやすいという報告がありますので、自覚症状があれば早めに専門医を受診してください。

やってみましょう

眼瞼けいれん自己診断

目の違和感を感じたら…
あなたの状態をチェックしてみましょう。

- まばたきが多い。
- 外に出ると、または屋内でもとともまぶしい。
- 目を開けていられない(目をつぶっていたい)。
- 目が乾く、ショボショボする、痛いなど、いつも目のことが気になる。
- 人ごみで人や物にぶつかる、またはぶつかりそうになる。
- 電柱や立木、停車中の車などにぶつかったことがある。
- 太陽や風、階段の昇降が苦手で外出を控えている。
- 危険を感じるので車や自転車の運転をしなくなった。
- 手を使って目を開けなければならない時がある。片目をつぶってしまう。

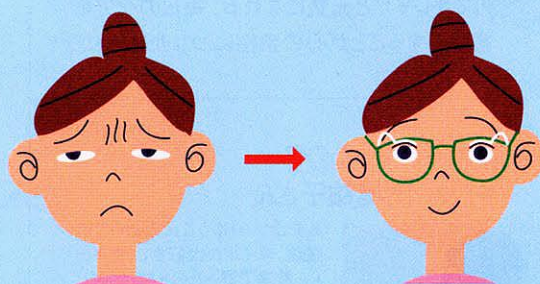
チェックの数 ▶
 0個=正常
 1~2個=眼瞼けいれんの疑い
 3個以上=眼瞼けいれん

※井上眼科病院院長 若倉雅登先生監修
眼瞼けいれん自己診断問診票より

知っておきましょう

クラッチ眼鏡

細い弾力のある金属と特殊プラスチックを使用してバネをつくり、片方、または両方の蝶番からシリコン樹脂を施した部品を出し、上まぶた、眉間の外側付近を軽く持ち上げるようにつくられた装置。現在使用中の眼鏡などの、蝶番のネジを緩めてバネを挟み込む構造で、簡単に装着可能。



一部(シリコン素材)
まぶたに接触する一部分はシリコンで肌の弱い人でも使用可能。

バネ部
取付台座部

