

デザインが仕事というのもあって、PCや細かい見本には毎日10時間以上は向き合う眼を酷使する仕事なのですが、慢性的疲れ目と白内障と老眼で気が付いたら視力が両目とも0.7まで落ちていました。このままでは、非常にまずいという危機感を感じつつも、毎日ごまかしながら過ごしていたのですが、仕事も近距離と中距離を頻繁に交互に見るので、眼鏡の使用も頻繁な付け外しですととても不便でストレスも限界値になっていました。白内障の影響で、色彩がなんとなく白くぼやける傾向があり、仕事の的には致命的。しかも、年々、そのボケ方が悪化している感覚がありました。年齢的には早いものの、運転免許の更新時に、裸眼の視力が安全運転のぎりぎりになっていたという状況をきっかけに、安全運転を理由に白内障の手術を調べ始めました。従来の単焦点ではなく、近年になって開発されたメガネを必要としない眼内多焦点レンズの存在を知り、また2017年あたりからスペック的にとても優れた、深度拡張型のレンズが存在することもわかりました。このあたりの情報収集はネット社会の恩恵です。自分の職場が小金井なので、同じ電車沿線で最新技術に前向きな理解のあるドクターを探していたところ、自分の母が住んでいる西荻窪に諸星先生のクリニックがあり、多焦点の手術もかなりの頻度で行われていることを知り、実際に伺って、まずはいろいろと検査していただきました。諸星先生の冷静で必要な情報を的確に伝えてくれる姿勢に安心感を感じました。保守的ではなく、新しい技術に前向きな部分がとても自分的には良かったです。自分も医療機器のデザインにかかわっているので、そのあたりの近年の急激な進化が素晴らしいことも知っておりました。メンタル的にも、クリニックの環境として、明るいスタッフと気持ち良い空間で、設備的にも最新の機器が並んでいるのも、目の手術という緊張する状況に患者の不安要素をかなり払拭してくれました。そして、駅から徒歩二分なのが実は後々かなり助かりました。瞳孔を開く検査が度々あり、そのあと自分で車を運転したり自転車に乗ったりというのは避けたほうがいいからです。片目ずつ、術前も術後も検査が数日おきにあるので、白内障手術に関しては駅からのアクセスの良さはとても重要だと思います。頻繁に通える環境も大事です。

手術にあたっては実際に挿入するレンズの種類や度数の選択がとても大事だと思います。私なりに、多焦点レンズに関してはいろいろと調べてはいたのですが、オランダ製のアクリバ：トリノバという最新の多焦点眼内レンズを入れてもらうことを相談しました。数値的スペックを見る限り、新しい構造ですが、総合的にかなり優れており、40センチの手元から遠方までスムーズに見える設計となっています。その反面、最新型だけにまだ、他のレンズと比較すると術例がとても少なく特に国内での情報がほとんど得られない状況でした。

しかし、そこはメーカーが公表しているスペックと諸星先生の腕を信じて、この多焦点レンズをお願いして入れてもらうことになりました。

手術自体は15分であっけなく終わり、痛みもほとんどありません。途中、眼球を少し押される感覚があるのと、数分間かなり眩しい感覚はあります。ロケットで太陽に向かって飛ぶような感覚といえいいでしょうか。手術自体はほんとはあっけなく終わるのですが、実際は眼球に傷があるわけで、感染症対策だけは万全にする必要がありました。眼球の

内部が感染する恐怖は想像すれば理解できます。術後一週間は、洗顔、洗髪を控える必要があります、こちらのほうがつらいかもしれません。美容院で洗髪依頼という解決策があります。私の場合は、毎日一時間のランニングの習慣があり、これを控えるのが一番つらかった。(笑)

手術の翌朝に、眼帯をクリニックで外した瞬間から、二十代の頃のくっきりとした視力に戻っているのには本当に驚きました。ほんとうに、手元から遠くまでシームレスにどこもくっきり、色もコントラストもしっかり見えるのは驚きでした。そして 30 分もすると、まだ、手術をしていないほうの眼のかすみ具合が気になってしょうがなくなってきました。よくこの視力で今までやってこれたなという驚きです。眼鏡は全てその日から必要なくなり処分しました。10 日後に、もう片方も手術が終わり、非常にクリアな視界で、手元から遠方まで、くっきりはっきりと見え、裸眼で 1.5 を確保できております。諸星眼科クリニックを選択して、多焦点レンズにして本当によかったと感じています。唯一のデメリットは、夜間時の遠方の点光源にこの多焦点のトリノバのレンズ特有の同心円パターンのリング状のにじみが現れることです。夜間の運転に影響が出るほどではないですが、遠くの照明の見え方だけあきらかに変わります。ちなみに、星座や月などはくっきり普通に見えます。総合的に判断すれば、このマイナス点があっても、視力のリカバリーのメリットの大きさは計りしえないほどのものです。しかも、この裸眼で遠近 1.5 の視力を今後維持できるということが大きなストレスを軽減しています。どんなレンズにしても、全てを満足できるものは世の中に存在しません。繰り返しになりますが、どのレンズが自分の生活に合うかという見極めが非常に重要です。

いずれにしても、ここまで視力と色などの見え方が回復するとは思っていなかっただけに、非常に驚きました。

手術後 2 週間も過ぎ、よく見えるのがあたりまえの眼鏡無しの日常生活になってきていますが、仕事効率が上がるのはもちろん、読書量が劇的に増えたこと、趣味の楽器の譜面が小さい表記まで読める、ランニング時の腕時計の小さな数字が読める、暗いレストランやバーでの小さな文字のメニューが読める、など、やはり、日常における視力の重要性を痛感しております。

ヨーロッパで開発され、まだ、日本国内ではこれからの多焦点レンズですが、特に日中に遠近両方で眼を酷使する仕事の方にはおすすりめできるかと思ひます。

まだ、これから深度拡張型の多焦点レンズも進化し普及していくと思ひますが、私の場合は 2019 年初頭のこのタイミングで正解だったと思ひます。ありがとうございました。