

～目の紫外線対策の新事実が明らかに～

朝の紫外線「目」の大敵

真昼の2倍 視力低下も

そろそろ紫外線が気になる季節。目が浴びる有害な紫外線の強さは、真昼よりも午前9時ごろと午後2～3時ごろがピークで、午前9時ごろでは真昼の約2倍に達することが金沢医大の佐々木洋教授（眼科学）と医薬品メーカーのジョンソン・エンド・ジョンソンの共同調査で分かった。

紫外線を長年浴び続けると、手術でしか治せない「翼状片」になり、乱視や視力低下となる恐れがあるという。佐々木教授は「日焼けと目への紫外線対策は別と考え、サングラスや帽子などでケアを」と話している。

調査は、昼と夜の時間が等しい「秋分の日」に近い昨年9月21日に実施。金沢医大屋上で眼

部に紫外線センサーを付けたマネキン頭部を、常に正面が太陽の方角を向くようにし、視線は歩行時の標準的な15度下向きに固定して、目に当たる紫外線の強さを調べた。

紫外線の強さを電圧で示した観測データは、ピークは午前9時の0.05^μ、次いで午後2時から3時にかけての0.04^μ。日射が強く最も日焼け対策が必要とされる午前11時～午後1時は、日が高く前頭部で紫外線が遮られ、0.025^μ程度だった。

太陽の角度などから、春から秋にかけてほぼ同じ傾向とみられるが、11月下旬の調査ではピークは昼だった。

金沢医大は、世界各地で50歳以上の成人の翼状片罹患率も調

日中に目が浴びる紫外線の強さ



査。中国南部・海南省のある農村では72%に達し、失明の例もある。サングラスなどの紫外線対策を取らず屋外作業を続けた結果とみられる。国内では石川県輪島市の7%に対し、鹿児島県・奄美大島で27%にのぼる。

紫外線による目の障害 紫外線が原因の目の障害としては、結膜の白目組織が黒目に広がり、南方に住む人や漁師、高齢者に多いとされる「翼状片」や、雪面の反射で目が激しく痛む「雪眼炎（雪目）」がある。最近では白内障につながる可能性も指摘

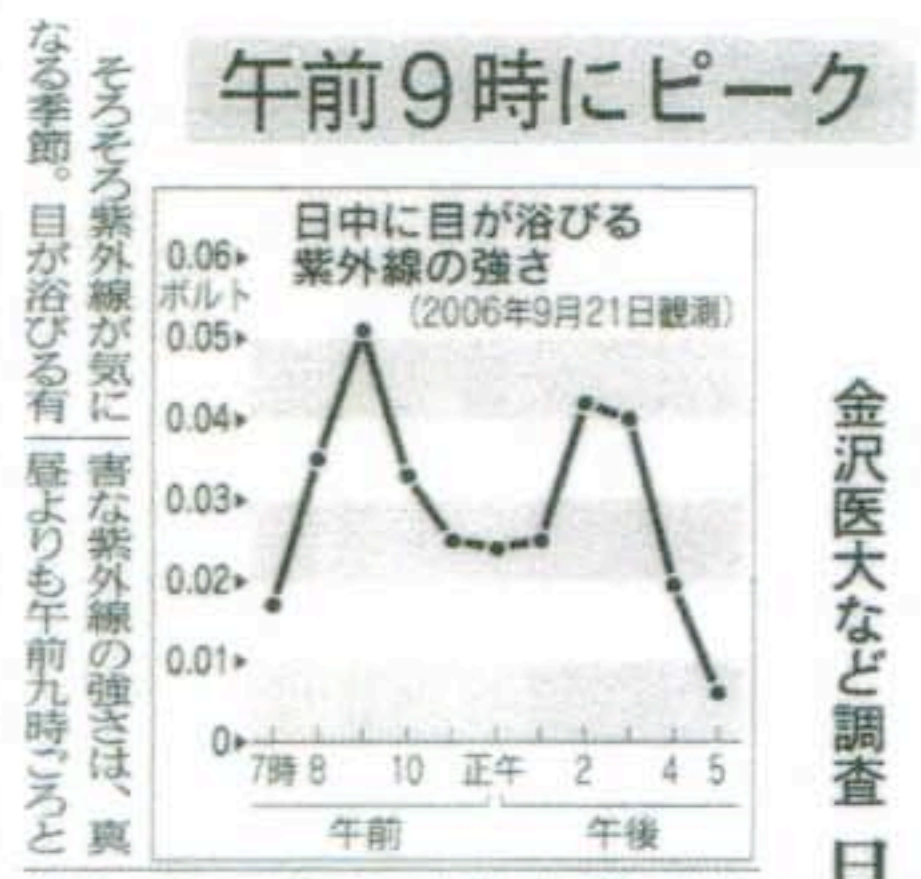
されている。金沢医大の調査では、目の横まで覆うスポーツサングラスは紫外線の90%以上をカットするが、レンズの小さいファッショングラスは彫りの浅い日本人には効果が薄く、後ろからの反射も加わって強い紫外線を目に浴びる恐れがある。



日傘を手に行き交う歩行者—05年8月、東京・銀座

サンケイ エクスプレス 2007年5月15日掲載

～目の紫外線対策の新事実が明らかに～



紫外線朝も要注意

金沢医大など調査 目に悪影響

午後二～三時ごろがピークで、午前九時ごろでは真昼の約二倍に達する。これが金沢医大の佐々木洋教授(眼科学)と医薬品メーカーのジョンソン・エンド・ジョンソンの共同調査で分かった。

紫外線を長年浴び続けると、手術でしか治せない「翼状片」になり、乱視や視力低下となる恐れ

紫外線が原因の目の障害としては、結膜の白血組織が黒目に広がり、南方に住む人や漁師、高齢者に多いとされる「翼状片」や、雪面の反射で目が激しく痛む「雪眼炎(雪目)」がある。最近では白内障につながる可能性も指摘されている。金

「翼状片」や「雪目」 白内障の恐れも

沢医大の調査では、目の横まで覆うスポーツサンングラスは紫外線の90%以上をカットするが、レンズの小さいファッショングラスは影りの浅い日本人には効果が薄く、後ろからの反射も加わって強い紫外線を目に浴びる恐れがある。

調査は、昼と夜の時間が等しい「秋分の日」に近い昨年九月二十一日に実施。同大屋上で眼部に紫外線センサーを付けたマネキンの頭部を、常に正面が太陽の方角を向くようにし、視線は歩行時の標準的な一五度下向きに固定して、目に当たる紫外線の強さを調べた。

紫外線の強さを電圧で示した観測データは、ピークは午前九時の0.055ボルト、次いで午後二時から三時にかけての0.045ボルト。日射が強い午前十時～午後一時は、目が高く前頭部で紫外線が遮

られ、0.025ボルト程度だった。春から秋にかけてはほぼ同じ傾向とみられるが、冬の十一月の調査ではピークは曇った。同大は、世界各地で五十歳以上の成人の翼状片罹患(り)かん率も調査。中国南部・海南省のある農村では七二%に達し、失明の例もある。サンングラスなどの紫外線対策を取らず屋外作業を続けた結果とみられる。国内では石川県輪島市の七%に

四季の中で冬を除くと、目に入る紫外線(UV)の量は、朝夕が日中の約二倍に上ることが、ジョンソン・エンド・ジョンソン社(東京都千代田区)と金沢医科大(石川県内灘町)の共同調査で明らかになった。

調査は、二〇〇六年九月二十一日と十一月二十一日の二回、金沢医科大の屋上で実施した。マネキンの眼部に小さな紫外線センサーを埋め込み、目に入ってくる紫外線のB波の強度を日の出から日の入まで計測し



た。マネキンの視線は、歩いている人間の標準的な視線方向とされる水平より下方十五度に向け、顔と太陽の方位がほぼ一致するように太陽を通った。マネキンの正面上方に、常に太陽がある状態にして測ったわけだ。

このうち九月二十一日の計測で一日の眼部被曝(ばく)強度の推移をみると、午前九時ごろと午後二時から午後三時ごろが高い値になり、一日に二つのピークがあることが分かった。

目に入る紫外線 朝夕は日中の2倍に

一般的な午前十時から午後二時といった日中の時間帯には午前十時から午後二時と比べて、太陽高度約四十度だった。太陽高度

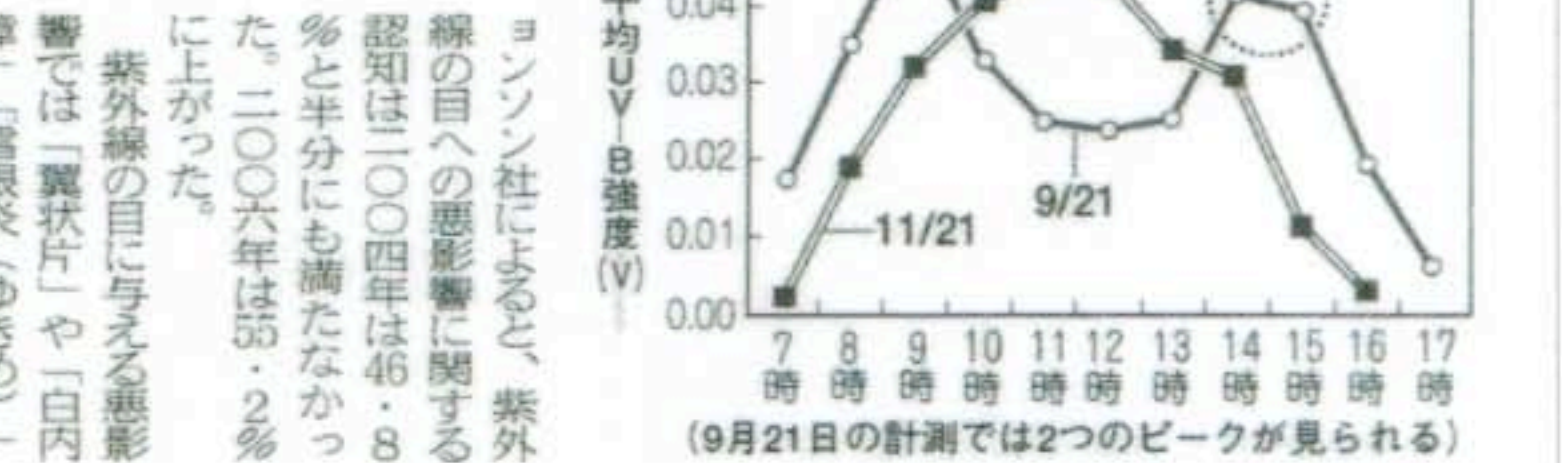
平均的に十五度下を向いている目に入る紫外線が最も強くなる太陽高度は、計測に使ったマネキンの場合、約四十度だった。太陽高度

間帯の紫外線対策が重要とされている。ところが目に晒されているのは、日中の四時間の被曝強度は、朝夕のピーク量の約半分にすぎないことが判明した。

さらに十一月二十一日に同一条件で計測したところ、正午ごろが最高値になり、ピークは一つだった。これは、太陽の高度と視線の方向(角度)、顔面、頭部の形などの関係から相対的に起こる結果だ。

この事実から、この時期は朝だけでなく、夕方の時間帯にかけても目に対する紫外線対策が重要になる。二〇〇六年は55.2%に上がった。

ジョンソン・エンド・ジョンソン社によると、紫外線の目への悪影響に関する認知は二〇〇四年は46.8%と半分にも満たなかった。二〇〇六年は55.2%に上がった。



日本経済新聞 夕刊 2007年5月14日掲載

熊本日日新聞 2007年5月9日掲載