

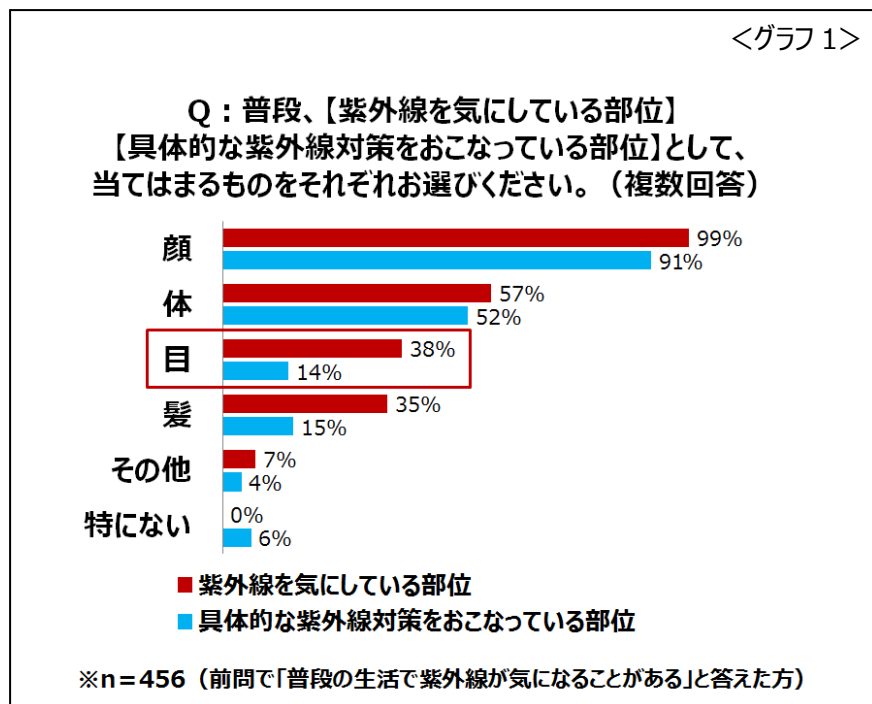
～意外と知らない!? 「目の紫外線対策」のウソ・ホント～ 日本人は、欧米人よりも、目から「紫外線」を浴びやすい!? 「目から日焼けする」事実を知らなかった人も約半数に… 眼科医が教える、正しい「目」の紫外線対策とは？

参天製薬株式会社（本社：大阪市、代表取締役会長 兼 CEO 黒川 明）は、このたび、「目の紫外線対策」をテーマに、20～40代の女性500名を対象とした意識・実態調査を行いました。また、調査結果をふまえて、眼科医の杉本由佳先生に、紫外線が目におよぼす影響や、対策のポイントについてお話を伺いました。

◆ 「紫外線を気にしている部位」、約4割が「目」と回答！ 一方で、実際に対策しているのは1割台…

はじめに、「普段の生活で、紫外線が気になることはありますか？」と聞いたところ、49%が「よくある」、42%が「たまにある」と回答しました。

そこで、「普段、紫外線を気にしている部位」を聞くと、「顔」（99%）、「体」（57%）に続き、**38%と約4割が「目」と回答**。しかし一方で、「具体的な紫外線対策をおこなっている部位」としては、「顔」が91%、「体」が52%にのぼっているのに対して、「目」という回答は**14%とわずか1割台**にとどまりました<グラフ1>。「目」に対する紫外線への影響を気にしながらも、実際の対策はできていないという人が多いようです。



◆ 女性たちの知識レベルはどれくらい？ 「紫外線が目におよぼす影響」チェックテスト

それでは、女性たちは、「紫外線が目におよぼす影響」について、どの程度、正しい知識を持ち合わせているのでしょうか。次の項目のうち、女性たちが「正しいと思うもの」を選んでいただいたところ、次のような結果になりました。

■ 直接肌に紫外線を浴びることだけでなく、目に入る紫外線も日焼けの一因となる

⇒事実だと思う：43%／事実だと思わない：57%

■ 日本人は、欧米人と比べて、目から紫外線を浴びやすい

⇒事実だと思う：11%／事実だと思わない：89%

■ 目から紫外線を浴びすぎると、失明の可能性が高まる

⇒事実だと思う：10%／事実だと思わない：90%

これらは全て、最新の調査・研究報告において事実であることが明らかになっている内容ですが、**3項目いずれについても、「事実だと思う」と答えた人は半数を下回りました。**目に対する紫外線の影響について正しく理解している人は少数派であるといえそうです。

◆ 眼科医が教える、正しい「目の紫外線対策」

今回は、上記の調査結果をふまえて、眼科医の杉本由佳先生に「目の紫外線対策」についてお話を伺いました。

【専門家プロフィール】 杉本由佳（すぎもと・ゆか）

眼科医。中目黒眼科院長。1982年埼玉医科大学卒。1982年、埼玉医科大学付属病院眼科学教室にて研修医を経て1984年より助手に。1993年かわごえ眼科開業。1999年医療法人社団映光会 中目黒眼科開業。現在は、医療法人社団映光会 理事長と中目黒眼科 院長を務める。同院では、目の紫外線ケアを促すため、度入りサングラスも処方。また、美 ST、女性自身、BeauTV ～VOCE ビューティーヴィー、25ans、日経ヘルスをはじめ、メディア出演も多数。⇒中目黒眼科 HP：<http://www.eikokai.jp/>



<調査についての解説>

■ 直接肌に紫外線を浴びることだけでなく、目に入る紫外線も日焼けの一因となる

日焼け止めなどで顔や体の UV ケアをする女性は多い一方、「目」の対策はおろそかになりがちです。しかし、**実は「目の日焼け」は、「肌の日焼け」の一因になる**ことが、実験研究^{※1} でわかっています。というのも、目に強い紫外線が入ると、それを察知した脳は防御反応を示し、体内に「メラニン色素」を作るように命令を出します。この「メラニン色素」とは、紫外線が皮膚の細胞破壊などを防ぐために生成されるものですが、過剰に生成されてしまうと、シミやそばかすの原因になることがあるのです。**顔や体の紫外線対策を頑張っている、目を無防備にさらしていると、せっかくの努力が台無しになってしまう**可能性があります。

※1 マウスを用いて行った実験で、目から紫外線が入ると、脳が紫外線ダメージを受けたことを察知して体内にメラニン色素を発生させ、肌が日焼けするという結果が確認されています。

■ 日本人は、欧米人と比べて、目から紫外線を浴びやすい

最近の研究で、**日本人は欧米人の 1.66 倍の紫外線を浴びている**ことが明らかになりました。彫りの深い欧米人と比べて、**そうでない骨格の日本人は、さまざまな角度から光が侵入しやすい**ため、角膜ダメージ^{※2} など紫外線の影響を受けやすいのです。

日本人は、瞳の光彩の色が濃いため、欧米人と比べてまぶしさを感じにくいのですが、**たとえまぶしくなくても紫外線を浴びている可能性は大いにあります。**

※2 角膜の炎症症状のこと

■ 目から紫外線を浴びすぎると、失明の可能性が高まる

紫外線により活性酸素が過剰に発生すると、角膜がダメージを受けて、充血やヒリつく痛みの原因になるほか、**目の病気につながる**ことが、例えば、視界がゆがんだり、視野が部分的に暗く欠損したりする「**加齢黄斑変性（かれいおうはんへんせい）**」、白目の部分が隆起し、黄色く変色する「**瞼裂斑（けんれつはん）**」、水晶体が年齢とともに白く濁って視力が低下する「**白内障**」などは、紫外線によるダメージの蓄積が危険因子の一つとして知られています。さらに、紫外線のダメージが蓄積され、症状が進行すると、**最悪の場合、失明につながる場合**もあります。

<目の紫外線対策についてのアドバイス>

角膜ダメージをはじめとした紫外線の影響を防ぐには、まず大前提として、**紫外線に直接目をさらさない**ことが大切です。そ

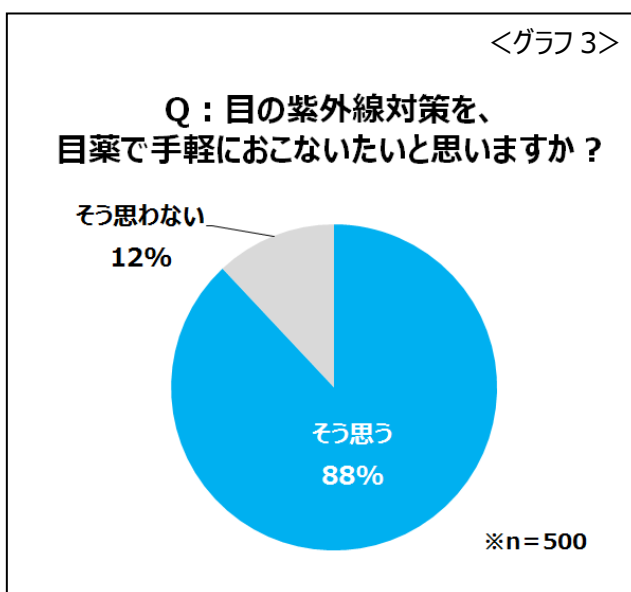
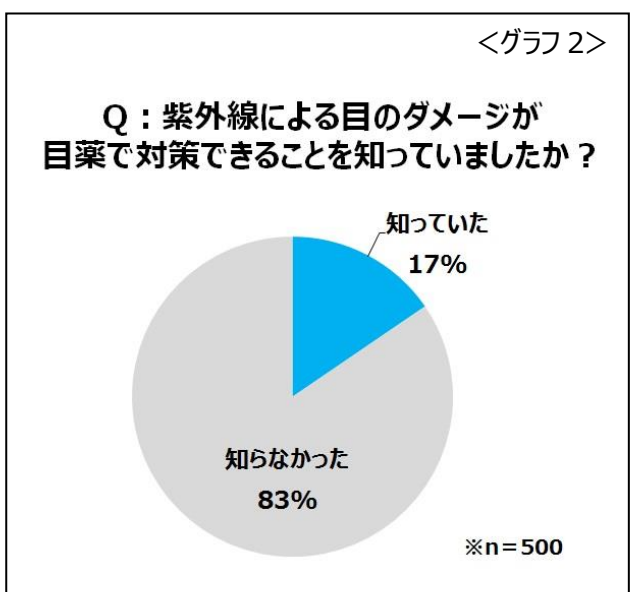
のため、**UV カットが施されたサングラス**を日常的にかけるようにしましょう。すき間から紫外線が入らないよう、**フレームが大きめで、しっかりと目の周りもカバーしてくれるデザイン**のものを選ぶことをおすすめします。

また、**角膜ダメージを修復する機能のある目薬で適切にケア**することも重要です。紫外線などによる角膜ダメージは、放置すると、炎症を悪化させたり、前述のような眼病を引き起こしたりする原因にもなります。**角膜の組織代謝を促進してダメージ修復をうながす活性型ビタミンB₂や、角膜にうるおいを与えて保護するコンドロイチン**などの成分が含まれている目薬を選ぶとよいでしょう。

■ 紫外線による角膜ダメージ対策に「サンテ メディカルガード EX」

なお、今回の調査に回答いただいた女性たちに、肌と同様に、目も紫外線の影響を受けることを伝えた上で、「目の紫外線対策をおこなうことは重要だと思いますか？」と聞いたところ、実に95%が「そう思う」と回答しました。しかし、一方で、「**紫外線による目のダメージが目薬で対策できることを知っていた**」人は**17%**にとどまっています<グラフ2>。

そこで、あらためて「**目の紫外線対策を、目薬で手軽に行いたいと思いますか？**」と聞いたところ、**88%**と約9割が「**そう思う**」と答えました<グラフ3>。



参天製薬では、「**サンテ メディカルガード EX**」をはじめとした、**紫外線によるダメージに対応した目薬**を展開しています。

「サンテ メディカルガード EX」は、角膜修復・保護機能に特化した眼科薬。角膜の修復を促す活性型ビタミン B₂、角膜にうるおいを与えて保護するコンドロイチンを配合しているため、**紫外線による角膜ダメージのケアにも効果を発揮**します。

さらに、目の疲れや充血など、**紫外線対策以外のケアもでき汎用性が高い**ため、普段使っている目薬の効能を同時に求めたい方にもおすすめです。



◇ 「サンテメディカルガード EX」製品概要

商品名	サンテメディカルガード EX
医薬品分類	第2類医薬品
容量	12mL
成分	フラビンアデニンジヌクレオチドナトリウム（活性型ビタミンB ₂ ）：0.05%、コンドロイチン硫酸

	<p>エステルナトリウム：0.5%、タウリン：0.5%、ビタミンB₆（ピリドキシン塩酸塩）：0.1%、L-アスパラギン酸カリウム：0.5%、ネオスチグミンメチル硫酸塩：0.005%、クロルフェニラミンマレイン酸塩：0.03%、イプシロン-アミノカプロン酸：1.0%、グリチルリチン酸二カリウム：0.25%、塩酸テトラヒドロゾリン：0.01%</p> <p>【添加物】 エデト酸ナトリウム水和物、クロロブタノール、ゲラニオール、デキストラン、ヒアルロン酸ナトリウム、ヒドロキシエチルセルロース、ベンザルコニウム塩化物液、ホウ砂、ポリソルベート80、d-ボルネオール、l-メントール、等張化剤、pH 調節剤</p>
効能・効果	紫外線その他の光線による眼炎（雪目など）、眼瞼炎（まぶたのただれ）、眼病予防（水泳のあと、ほこりや汗が目に入ったときなど）、目の疲れ、目のかゆみ、目のかすみ（目やにの多いときなど）、結膜充血、ハードコンタクトレンズを装着しているときの不快感
用法・用量	1回1～3滴、1日5～6回点眼
液の色	黄色透明
メーカー希望小売価格	1,480円（税抜）

[調査概要]

- ・調査対象：20～40代女性 500名 ※年代ごとに均等割付
- ・調査期間：2018年3月15日（木）～3月16日（金）
- ・調査方法：インターネット調査

本リリースや調査データに関するお問い合わせ先

トレンダーズ株式会社

TEL：03-5774-8896 FAX：03-5774-8872

E-mail：press@trenders.co.jp

製品に関するお問い合わせ先

参天製薬株式会社「お客様相談室」 TEL：0120-127-023