

正しく使おう!コンタクトレンズ 解説資料

はじめに

コンタクトレンズの使用により発生する眼障害は不適切なケアや長時間または使用期間を超えた装用、汚れたレンズケースの使用などが原因と考えられています。レンズ購入者が安心してレンズを使用するためには購入者自身が眼障害の発生の危険性について正しく理解し、添付文書や眼科医の指示に従ってレンズを適正に使用することが重要です。

レンズの販売時に小売販売業者が購入者に対して提供すべき内容について「正しく使おう!コンタクトレンズ」にまとめましたので、これを用いて購入者にわかりやすく説明してください。

コンタクトレンズの使用を開始するときに必要なこと

★コンタクトレンズ購入前に眼科を受診しましょう

コンタクトレンズ購入者が眼科を受診しているかを確認し眼科医の指示に基づきレンズを販売します。眼科を受診していない場合は、まず眼科を受診するようにすすめ受診を確認にした上で販売をするように努めてください。

★添付文書をよく読み使用方法を守りましょう

製品には使用方法や使用上の注意などレンズを使用する上で重要な内容が記載された添付文書が添付されています。もし内容でわからないことがあればレンズを処方した眼科医に確認をしてください。添付文書に記載されている内容を守りレンズを適正に使用するように指導をしてください。

① 製品に関する情報

- ・レンズの名称（販売名）は添付文書の上部中央部に記載されています。販売名の後のカッコ書きで乱視用、遠近両用などレンズの種類が記載されている場合もあります。その他の製品に関する情報は【形状・構造及び原理等】、【使用目的又は効果】等の項目に記載されています。
- ・ソフトコンタクトレンズの場合、使用方法と期間の違いによりレンズタイプが分類されており、またレンズのケア方法も異なりますので注意してください。

② 不適正使用による眼障害の危険性

コンタクトレンズは目にとってはあくまでも異物であります。レンズを装用している時は涙液層が薄くなり乾きやすい状態になります。コンタクトレンズの不十分な洗浄・消毒などの不適切なレンズケアや、長時間または使用期間を超えた装用により重篤な眼障害が発生する危険性があります。角結膜障害が発生した場合、適切に治療を行わなければ失明につながる場合もあります。目に異常を感じたらまずレンズを外し、そのレンズを持って直ちに眼科を受診するように指導をしてください。角膜病巣部の組織や使用したレンズやレンズケースからも感染症の原因となった起炎菌の検出を行い、同定します。

③ 適正な使用方法に関する情報

▶ レンズ取り扱いの注意事項

汚れた手指でレンズを取り扱いますと感染症など眼障害の原因につながりますので必ず石鹸で手指をよく洗い、清潔な手でレンズを取り扱うことが大切です。レンズや目を傷つけないようにレンズを取り扱う前には爪も短く滑らかにしてください。

▶ 装用前のレンズ点検

レンズに破損、欠けなどの不具合がある場合があります。装用前に注意してレンズに不具合がないかを確認してから装用してください。不具合が見つかったレンズは絶対に装用しないでください。

▶ レンズの装用に際しての注意点

装用スケジュール・装用時間

レンズ装用時間には個人差がありますので、眼科医に指示された装用スケジュール、装用時間を守ってレンズを装用してください。また装用時間の急な延長は角結膜障害の原因にもつながりますので注意をしてください。

使用期間

ソフトコンタクトレンズは現在毎日使い捨てレンズ、頻回交換レンズ、定期交換レンズ、コンベンショナルレンズ、連続装用レンズに分類され、その使用期間が決められておりますので添付文書に従って装用してください。使用期間を超えた使用は絶対にしないで新しいレンズに交換してください。

「使用期間」の定義は実際にコンタクトレンズを装用した日数ではなく、レンズパッケージを開封した日からの日数です。もし途中で装用しない日があっても、開封後に決まった日数が経過したら必ずレンズを交換してください。

レンズケア

レンズケアが必要なレンズでは添付文書及び眼科医の指示に従い適切なケア用品を選びケア用品の使用方法に従い注意深くケアを行ってください。学校現場でのコンタクトレンズ使用状況調査*ではケアをしていない装用者はケアをしている装用者に比べて有意にオッズ比（相対危険度）が高くなっていました。

*平成26年度 厚生労働省特別研究事業 カラーコンタクトの規格適合性に関する調査研究

ソフトコンタクトレンズを洗浄する時にはレンズを手の平の上に乗せ、レンズ両面を十分に人差し指でこすり洗いすることを指導してください。尚、こすり洗いの回数は使用されているケア用品の取扱説明書や添付文書に従うよう指導してください。

レンズケース

レンズケースの汚れはレンズをも汚染し、感染性角膜潰瘍を発症する危険性があります。

使用後はよく洗い自然乾燥するとともに、定期的に新しいレンズケースに交換してください。

レンズケースの交換時期については、ソフトコンタクトレンズの場合は化学消毒剤の添付文書に記載された内容に従って、ハードコンタクトレンズの場合は6 ヶ月から1年で交換するよう指導してください。

④ 使用上の留意事項について

上記に記載した注意事項を守りレンズを使用してください。その他、友人などとレンズの貸し借りをすることは絶対にしないでください。それぞれの人により適正に使用できるレンズは異なります。

上記内容を情報提供し適正に使用して頂くようご指導の程お願い致します。

監修協力

順天堂大学名誉教授 金井淳先生