

# 近視の進行を抑制する

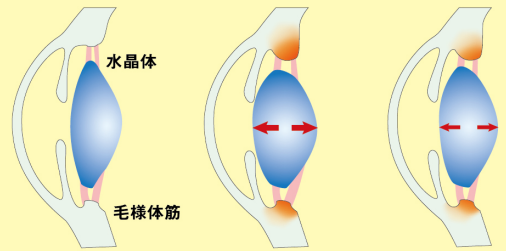
## M C レンズ

MCLenzは、お子さまの近視進行を抑える為に特別に設計された、世界初の眼鏡レンズです。長時間の細かい作業のピント調節など眼への負担を軽減し、手元作業時の緊張を緩和します。また、児童用の小さいフレームを考慮して設計されている為、快適な掛け心地を得ることができます。

### MCLenzが近視進行の抑制に効くのはなぜ?

近視の進行を左右する環境要素は手元での作業です。通常の状態において、至近距離にあるものを見る場合、眼の筋肉を使ってピントを合わせようとします。この過程は“調節”と呼ばれています。至近距離を見るときに必要なこの“調節”を手助けすることで、近視の進行を抑制することが可能だと考えられています。この方法を取り入れたのがMCLenzです。

眼の断面図



遠くを見ているとき

通常のレンズで近くを見るとき

MCLenzで近くを見るとき

- 遠くを見ているときは、筋肉(毛様体筋)が休んでいる状態です。
- 通常のレンズで近くを見ると、大きな“調節”をすることになり、眼に大きな負担が掛かります。
- MCLenzで近くを見ると、“調節”が助けられ、過度な負担を軽減することができます。

※ただし抑制効果には個人差があり、MCLenzの処方にあたってはまずお近くの眼科医にご相談ください。

## MCLenzは近視進行の抑制に

一定の効果がある事が実証されています。

MCLenzによる近視進行抑制は、科学的エビデンスによって効果が支持される数少ない近視進行抑制法の一つです。科学的医療を実践する情報インフラとして有名なコクラン・ライブラリーによれば、この眼鏡を正しく使用することで、一定範囲で、学童期の近視進行が抑制されると結論されています。MCLenzを使用した近視進行の抑制の実証研究が4年間にわたって岡山大学眼科で行われました。その結果、通常の単焦点眼鏡に比べてMCLenzの方が15%近視の抑制に有効であったと結論づけられました。

※参考文献 Investigative Ophthalmology&Visual Science(2008年7月号巻頭)・題名 [Effect of Progressive Addition Lenses on Myopia Progression in Japanese Children: A Prospective, Randomized, Double-Masked,Crossover Trial (累進屈折力眼鏡による近視進行予防トライアル)]・著者名 長谷部聡ら(岡山大学眼科)

### MCLenzのしくみ

#### 遠くを見る部分

遠くがハッキリ自然に見えるので、1日中無理なく掛け続けることができます。

遠く

近く

#### 近くを見る部分

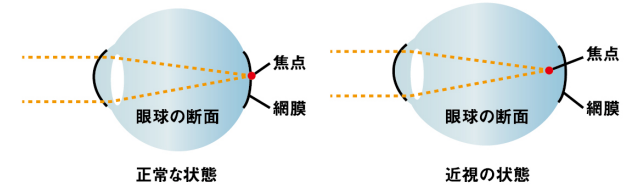
手元作業を行う場合は、眼への過度な負担を軽減し近視の進行を抑制することができます。

### MCLenzご使用の目安

7歳頃を目安に近視が進行し始めたら装用を開始して下さい。一度進行した近視は治りにくいので、早期発見・早期抑制が大切です。近視の急速な進行は成長期と重なります。7歳頃から始めて、18歳頃までは抑制を続けましょう。

## 近視とは？

近視とは、近くはハッキリ見えますが、遠くはぼんやりとしか見えない状態をいいます。文部科学省によって行われた平成24年度の学校保健統計調査によると、裸眼視力1.0未満の児童の割合は、幼稚園が28%、小学校が31%、中学校が54%、高等学校が64%でした。その中で裸眼視力0.3未満の児童の割合も、年齢とともに高くなっています。これらの視力低下の原因のほとんどは近視によるものと考えられています。



遠くを見たときの正常な状態。焦点が網膜に合い、ハッキリと見ることができます。

近視の場合、遠くを見るときに焦点が網膜より前方にあるため、遠くがぼやけて見えます。

## 近視の原因は？

近視は遺伝子と環境要素の両方の組み合わせによって起こります。近視を引き起こす主な環境要素となっているのが「長時間の近方視」です。



「近方視」とは、読み書きしたり、携帯型ゲーム機を使用したりする時、近くにピントを合わせることを言います。



## MCレンズについてQ&A

MCレンズはすべての  
近視児童に  
効果がありますか？

子供用に特別に設計されて  
いますので、全ての近視児童  
に適合します。

※抑制効果には個人差があります。

近視がどの程度進行した時に  
MCレンズを使用し始めるのが  
効果的ですか？

手元作業時の眼の緊張を助けること  
によって、近視の進行を抑制するよう設  
計されています。近視が判明した、なる  
べく早い段階で使用し始めてください。

MCレンズは一日何時間位  
装用すればいいですか？

可能な限り、起きている間はずっと  
装用してください。

(掛け外しを頻繁に行うと効果が出  
ない場合があります)

MCレンズをかけたまま  
運動しても  
大丈夫でしょうか？

激しいスポーツをする場合は、  
外した方が安全です。

レンズのかけ替え  
サイクルは  
どのくらいですか？

お子様には、少なくとも  
年に2回検診を受けて  
もらってください。

MCレンズには  
UVカット機能は  
ついてますか？

はい、標準でUVカット  
機能がついています。

## 目の健康を守るために…

★良い読書状態を習慣づけましょう

(目に本を近づけすぎない、寝ながら読まない、  
動いている乗り物の中で読まないetc)

★目と文字の距離は30cm以上取るようにしましょう

★天気の良い日は屋外で、過ごすようにしましょう



## 近視の進行を抑制する

MCレンズ



カールツァイスビジョンジャパン株式会社

〒160-0003 東京都新宿区本塩町22番地 Tel. 03-6745-9957

[www.zeiss.co.jp/vision](http://www.zeiss.co.jp/vision)

AC1203