

着用時間や生活習慣で自分に合うレンズは異なります

教えてくれた人

メニコン 臨床研究所
洲崎朝樹さん



シード 営業本部
徳重豊さん



チバビジョン 製品情報本部
保坂幸一さん



種類や特長を知って ぴったり目のレンズを選べし

目の健康を損なわず快適に過ごすためには、ライフスタイルや目の状態に合った種類のレンズを選ぶことが重要。主によく使われているレンズの特長や違いを紹介します。

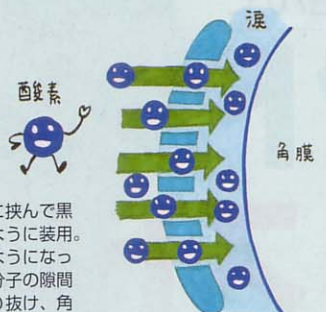
酸素透過性ハードコンタクトレンズ

酸素をたっぷり通し
安全性が高いレンズ

「ハードレンズは、素材に水分を含まないプラスチック製の固いレンズ。網目状のざらのような構造をしていて、その隙間を通して酸素を瞳にしっかり供給します」(メニコン 洲崎さん)。「視界が細部までシャープに見えるのが特長。目に異常があると、痛くて着けられなくなるため、疾患の早期発見が可能な安全性の高いレンズであるといえます」(シード 徳重さん)。



直径8~9mmのレンズは黒目より2~3mm小さい。瞬きのたびにレンズが動き、新しい涙に交換されて、酸素や栄養を角膜に届ける。



涙の層を間に挟んで黒目に乗せるように装着。ざら目のようになったレンズの分子の隙間を酸素が通り抜け、角膜に酸素が送られる。

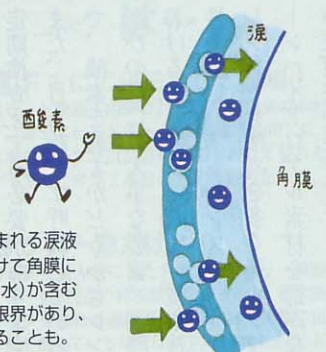
使い捨てソフトコンタクトレンズ

水分を介して酸素を供給
装着感はラク!

「水分を含む薄くてやわらかい素材で黒目をすっぽり覆い、水を介して酸素の供給が保たれます。タンパク質などの汚れが付着しやすいので、2週間交換タイプなどは毎日のケアが重要」(徳重さん)。「酸素を通しにくいといわれているソフトレンズですが、従来品の6倍(増)の酸素を通す新素材「シリコーンハイドロゲル」のレンズが誕生しました」(チバビジョン 保坂さん)。



直径13~14mmのレンズは、黒目全体を覆うため、目の表面に固定される。装着感がよいが、涙の交換は行われにくい。



レンズに含まれる涙液に酸素が溶けて角膜に届く。涙液(水)を含む酸素量には限界があり、乾きを感じることも。
※シリコーンハイドロゲルを除く

特長

メリット・デメリット

酸素をたくさん通し
角膜への負担が少ない

瞬きのたびにレンズが動き、涙と一緒にたくさん酸素を通すので長時間装着に向いている。

ゴミや目の障害など
異常に気づきやすい

目に少しでも異常があると装着時に痛みが出るため、眼障害を未然に防ぎやすい。

見え方がシャープ

「細部までシャープにくっきり見ることが出来ます」(洲崎さん)。

水道水で洗って
つけ直せる

レンズが水分を含まないため、ゴミが入った際、水道水で洗ってから装着できる



装着開始時は異物感があり
慣れるのに時間がかかる

ハードレンズは慣れるまで、1週間から1か月ほど異物感が気になることもある。

レンズが外れやすいので
激しいスポーツには不向き

ソフトレンズに比べてすれやすく、外れやすいため、激しい動きには不向き。

メリット

デメリット

薄くてやわらかいので
装着感が良い

「水分を含む薄くてやわらかいレンズは、装着感がよく初めてでも慣れやすいです」(徳重さん)。

1日使い捨てなら
ケアが不要

「ケアが不要な1日使い捨てタイプは、旅行や出張のときに便利です」(保坂さん)。

レンズがずれたり外れたりしにくい

「動きの激しいスポーツをしてもズレたり外れたりしにくいです」(徳重さん)

レンズの種類が豊富で
選択肢が多い

「1日使い捨て、2週間、連続装着など自分に合うタイプのレンズを選べます」(保坂さん)



酸素を通す量が少なく
目に負担がかかりやすい

涙を通して角膜に酸素を届けるため、涙の量が少ないと目が酸欠状態になることも。

装着感が良いので
傷がついても気づきにくい

角膜に傷がついてもレンズがふたをし、痛みを和らげてしまう。傷害に気づきにくくなることも。

デメリット

こんな人にオススメ

パソコン作業などで
長時間レンズを装着する人

デスクワークや残業など、レンズをつけたまま長時間目を酷使する人におすすめ。

乱視や強度の近視など
矯正の必要な人

「レンズのカーブや度数の種類が多いため、強度近視や乱視の人にも対応可能」(徳重さん)

コストを抑えて
使いたい人に

個人差はあるが、ハードレンズの寿命は平均3~4年と長いのでコストパフォーマンスが高い。



商品

30日間
連続装着



眼科医の指導のもと、最長30日間連続して使用できる酸素透過性の高いレンズ。レンズ先端を薄くし着用感アップ。メニコンティニュー/メニコン

薄くて強い
酸素透過性



強度が高く酸素透過性に優れた薄型レンズ素材を使用。眼科医の指導のもと、最長1週間までの連続装着ができる。メニコンZ/メニコン

うるおい
加工



汚れがつきにくく、うるおいに包まれたレンズが瞳にフィット。眼科医の指導のもと、最長1週間までの連続装着ができる。シードS-1/シード

1日
使い捨て



うるおい成分がレンズに長時間なじみ、着けている間も水分を保持。ワンデーアキュビュー モイスト/ジョンソン・エンド・ジョンソン

2週間
交換



乾きや汚れに強い独自の新素材を使用。素材の開発から加工まで国内で生産している。2ウィークピュア/シード

新素材
レンズ



酸素をよく通す新素材シリコーンハイドロゲル。1か月交換O₂オプティクス/チバビジョン、1週間連続装着ピュアビジョン/ポシュロム、2週間交換タイプアキュビューオアシス/ジョンソン・エンド・ジョンソン



もっと爽やかなeye ライフのための4か条

必ず眼科専門医の
指示を受けて購入する

「コンタクトは時に失明に繋がるリスクも。眼科医の診断を必ず受け、定期的に目の検査を受けることが大切」(佐野眼科・佐野さん)

目の乾きを感じたら
人工涙液で水分を補給

「パソコン作業や車の運転等で瞬きが減少すると、レンズが目から水分を奪います。人工涙液タイプを目薬で水分を与えてください」(佐野さん)

医師が決めた装着期間や
条件を必ず守ること

「使い捨てレンズの装着期間を守らずトラブルを起こす人が多くいます。感染症にかかったり、長期的な酸素不足で角膜内部の細胞数が減少してしまうことも」(佐野さん)

必ず擦り洗いを
レンズケアの際は

「快適に使うためにはケアも必須。つけ置きだけの洗浄では、汚れを落としきれないままです。こすり洗いを行うことがとても大切」(保坂さん)。



装着時の目の乾きをうるおす人工涙液タイプの目薬。(左から時計回りに)NewマイティアCL/千寿製薬、サンテうるおいコンタクト/参天製薬、アイリスCL-1ネオ/大正製薬

参天製薬 ☎06-6321-8950 シード ☎0120-317103 ジョンソン・エンド・ジョンソンビジョンケア カンパニー ☎0120-132-308 千寿製薬 ☎06-6201-9615 大正製薬 ☎03-3985-1800 チバビジョン ☎0120-389103 ポシュロム ☎0120-702731 メニコン ☎0120-103-109