

毎日の暮らしに役立つ、目のすこやか情報をお届けします。

NEWS

緑内障治療がわかるビデオを貸し出しています!

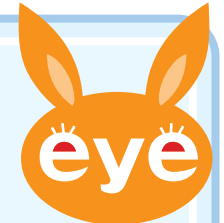
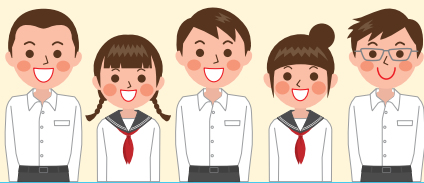
緑内障治療がわかるビデオを用意しています! 緑内障治療の大切さをわかりやすくお伝えするビデオを用意しています。患者さんご本人だけでなく、ご家族の方や興味がある方はどなたでも院内でご覧いただけます!お気軽にスタッフまでおたずねください!



お知らせ

年明けに、地元中学生の職業体験を予定しています!

ご来院の際、がんばる中学生の姿を目にさせていただくことがあるかもしれません。簡単なお仕事のお手伝いをお願いする予定ですが、これで医療の現場に興味を持っていただけたら嬉しく思います。個人情報にも配慮致しますので、ご安心ください。



のプチ診療室

● 今回のテーマ

スマホ老眼

みなさんこんにちは。
今回は、以前から話題の「スマホ老眼」についてのお話です。

今、スマートフォン(スマホ)を多用する若い世代の間で、「手元がみにくい」「近くのものが見えにくい」など老眼のような

症状が起きているようです。これは、手元のスマホを見続けることで、ピントが近くにあつたまま元に戻りづらくなる状態のことです。これを「スマホ老眼」と呼びます。眼科では「調節緊張」と呼び、このような状態が続くと近くだけでなく遠くも見づらさがあらわれる場合があります。

「じゃあパソコンでもそうなるの?」と思われるかもしれませんが、パソコンよりもスマホの方が眼からの距離も近いので、見続けることで眼にかかる負担はスマホの方が大きいと言えるでしょう。ゲームに集中し過ぎてスマホを眼に近づけてしまつ...なんてことはありませんか?例えば眼とスマホの距離をたった5センチ近づけるだけでも、眼にかかる負担はとても大きくなつてしまいます。逆に言えば、たった5センチでも眼からの距離を離すことで、眼への負担は大きく変わってきます。

ひらばり眼科では、ソフトコンタクト(またはサポーターレンズ)と呼ばれるスマホ老眼に適したレンズを紹介しています。これは、若い方や老眼初期の方にもなじみやすく遠近の配分を割り当てたレンズで、普段から手元を見る機会が多い方におすすめです。レンズの種類も多く、その人に合ったレンズを選ぶことができます。

眼に負担をかけず、無理せず楽に見える状態を作ってあげることが一番です。サンプルも用意していますので、気になる方はぜひお声掛けください!

● 診療カレンダー

11月							12月						
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat	Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
			1	2	3	4	3	4	5	6	7	8	9
5	6	7	8	9	10	11	10	11	12	13	14	15	16
12	13	14	15	16	17	18	17	18	19	20	21	22	23
19	20	21	22	23	24	25	24/31	25	26	27	28	29	30
26	27	28	29	30									

● 診療時間

月・火・木・金	9:00~12:30
	13:30~16:00 予約診療
	16:00~18:30
土	9:00~12:30
水・日・祝日	休診日
水AM	手術日(予約の方のみ)

手術中は手術以外の業務は行っていません。ご注意ください。

ひらばり眼科

HIRABARI EYE CLINIC

〒468-0011
名古屋市天白区平針3丁目1501番地
平針サンシャインビル1F

TEL:052-805-3887

http://www.hirabari-ganka.com

臨時休診

11月・12月

12月29日(金)~1月4日(木) ※冬季休診

バックナンバーHPにて公開中!!