



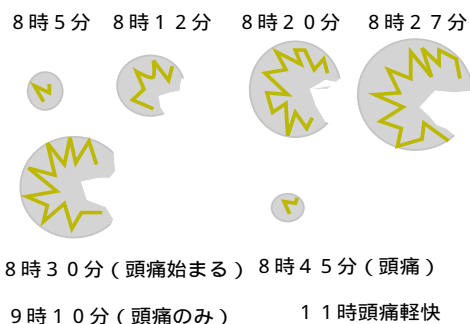
眼の健康ジャーナル

Vol. 5. No. 9

三島眼科医院発行 〒213-0001 川崎市高津区溝口1-9-1
三井住友銀行溝ノ口ビル4F
Phone: 044-814-4138

閃光（閃輝）暗点の話

閃光暗点の時間経過の一例



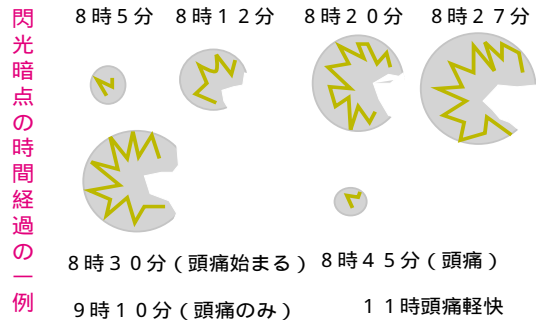
閃光（閃輝）暗点・偏頭痛の話

1. 閃光（閃輝）暗点の発作

ある時突然、眼前の右または左の視野の中に、チカチカ光るものが見え、その場所は薄暗く物がはっきり見えなくなる発作がおこることがあります。右眼、左眼と交代で眼を閉じてみても、チカチカは両眼に同じように見え、眼を動かすとその方向について動きます。このような発作を「閃光暗点」または「閃輝暗点」と呼んでいます。多くの場合閃光暗点の途中から偏頭痛がおこります。初めてこれを経験する人は「眼が見えなくなるのではないか」、「頭痛は頭の中の悪い病気の前兆ではないか」と大変ショックを受けて、心配するものです。しかし多くの場合、閃光暗点は10 - 20分くらいで消えることが多く、頭痛も1日以内に治まることが多く、重篤な脳の病気ではありませんので心配の無いことが多いのです。偏頭痛は、頭の片方に発作的に痛みが起こる病気で、閃光暗点が前兆としてありその後におこるものと、このような前兆が全くなくて偏頭痛が突然発作的におこるものがあります。いずれにしても、患者さんにとっては非常に心配になる現象ですので、これについてお話しします。

2. 閃光暗点発生の時間的経過

突然視野の片隅に近く、変な光るものが見える感じがして、おかしいなと思っているうちに、チカチカするものがギザギザした形をなして広がり、その部分が見えなくなるというような形で、ギザギザが半円形に広がります。閃光暗点の広がる経過を克明に記録した人がいますので、それによって発生経過の一例を示したのが右上図です。



この人は、電車に乗っている時、午前8時2分に突然目の前の物体の輪郭が何となくぼやけたようになり、8時5分には視野の左上に光るものが見え、5分くらいの間にこれが円弧型に広がって、ギザギザの光がチカチカし、その部分（上図のグレイの部分）が見えなくなりました。更に20分もすると、ギザギザの光は益々広がって大きくなり、そのころから偏頭痛が始まりました。8時40 - 45分頃には、ギザギザの光が消えましたが、偏頭痛は11時過ぎまで続きました。

もちろん人によって、また同一人でも発作の時によって、発生状況や偏頭痛の状況は違っていきます。中には閃光暗点が数分で治まる人もあり、少し頭が重いくらいで、偏頭痛のない人もあります。また時には閃光暗点が1時間も続き、偏頭痛も数時間のみでなく2日くらいも続くこともあります。偏頭痛は右上図のように、閃光暗点の見える方向とは反対側の頭痛が起こりますが、その理由は裏頁の図で



（裏へ続く）

ご説明します。偏頭痛を主として見ると、閃光暗点はその前兆と言えます。内科的には偏頭痛を前兆のあるもの、ないものに分類していますが、病気の実体は同じものです。

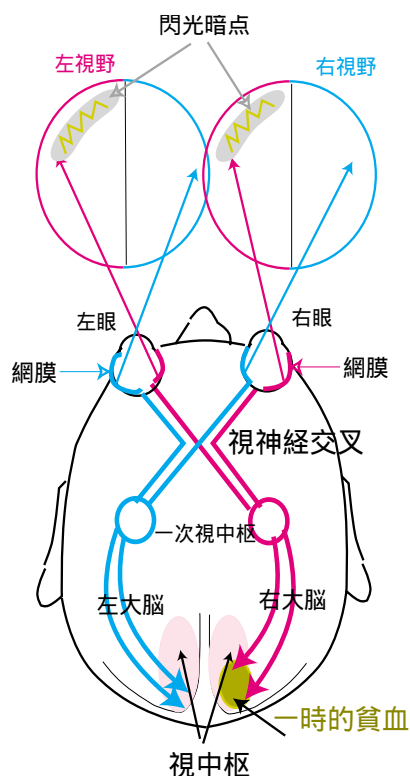
3 . 閃光暗点と脳内のできごと

閃光暗点は大脳の中で、視覚を司っている視中枢で発作的に一時的な貧血（血流の減少）がおこるためだといわれています。現在はまだ閃光暗点をおこすような非常に狭い範囲の血流を正確に測定できないので、これはまだ仮説ですが、まず間違いのないこととして内科医、眼科医の間で受け入れられています。脳梗塞、脳出血などといった、重篤な病変のないことも知られていますので、一安心です。

下図は眼の神経と脳のつながりを示したモデルです。

左右の眼の右側半分の網膜(赤)で左視野を見えています。右半分の網膜からの神経は図の赤線で示したように右の大脳の下側にある、第1次視中枢に入り、ここで中継した後、右大

脳にある視中枢(ピンク色で示した領域)に至り、ここでものを見ているのです。右半分の視野は左網膜(青線)で見ており、左の脳に入ります。さて、大脳後部(後頭葉)にある視中枢の一部に貧血(血管の収縮による血流低下)がおこると、図のように左視野にチカチカする閃光暗点が出現します。貧血の



ため大脳組織は一時的に酸素欠乏になります。組織の破壊がないので、後遺症はありません。

4 . どんな人に、どんな時におきるか

偏頭痛のおきるのは若い人、10 - 20歳代に多く、また女性は男性の2倍くらいの頻度におきるといわれます。ある程度の年になるとおこらなくなり、40歳以後に発生することは希ということですが、必ずしもそうではありません。家系的に多発することがあるとされていますが、遺伝と関係があるかどうかは全くわかりません。

閃光暗点発生誘因には、ストレスがあげられます。仕事が忙しく疲れたときにおこりやすいといわれます。ゴルフでパターをしようとして緊張した時などに経験することがよくあります。食べ物とも関係があり、忙しくて満足に食事できなかった時、コーヒーなどをたくさん飲んだ時、たばこを吸った後などにおこりやすいとされています。女性の場合は生理と関係があるといわれ、妊娠の時、更年期などでは発作がおこらないといわれています。

5 . 発作がおこったら

まず座ったり、横になったりして安静にしましょう。血圧が下がっていることがあるので、横になるのはよいことです。しばしば発作の起こる人では「頭痛日記」をつけることを勧めている内科専門医がいます。これで誘因などが推定できるのみでなく、他に原因がないのかも判断できるからです。発作が頻発するときは薬物治療の方法があります。また頭痛が続く場合は、他に病気があるかもしれないので、神経内科で一度頭部の精密検査をしてもらっておくと安心です。中年の人ではこの発作は警戒信号です。高血圧、糖尿病などの生活習慣病が現れる年代ですから、働き過ぎに注意し精密な健康診断を受けましょう。