



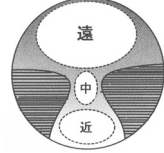
「中高年者の運転用メガネ」

秋の行楽シーズンになり、快適な毎日が続きます。自動車で出かける機会が増える昨今、とくに中高年者の運転用メガネについてお話しします。メガネが合わない、見にくいと不調を訴え受診される場合、メガネの度数が強すぎる人が多いのです。運転時の視覚情報では何が重要でしょうか。

室内ではダッシュボードの計器類、左右ドアミラーとバックミラー、カーナビやオーディオの入るセンターパネルを見ます。ミラー類は視認性の良い凸面鏡が使われており、よく見えます。カーナビ等は計器類と同じ距離と考えると、視線はおもにダッシュボードと外界を往復します。

そこで距離の違う焦点を合わせる累進屈折力レンズ

(図)を用いたメガネを使い



ます。視線を上下に動かして遠で標識、近で計器

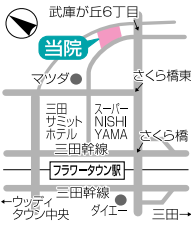
中は一秒間に十数メートル移動し、100m先の標識がすぐ見えてきます。つまり静止状態での遠見視力にさほどこだわらる必要はなく、視力1.5出るメガネは必要ありません。メガネの度数が強いと計器類やバンパー、歩行者はかえって見にくくなります。

焦点距離が違う前方視は、動体視力の低下した中高年者では非常に疲れます。45歳を過ぎると老視が始まり、水晶体の調節力が低下してピント合わせが遅くなるからです。65歳以上ではこの傾向が強くなります。

を交互に見ます。中が累進で遠く近くに徐々に屈折力が変化します。遠と近のバランスが大事ですが、中を長くすると遠方が見やすくなります。これを遠中レンズとよび、運転で遠方の視力を重視したい時に便利です。

一つ注意点があります。

このレンズは図の横線で塗りつぶした部分は使えません。ですから左右を見る際には、しっかりと見る方向に顔を向けてください。横目で見ると通常のレンズより歪みますので気をつけてください。



- ・眼科一般
- ・日帰り手術
- ・コンタクトレンズ取り扱い

【休診日】木・土曜午後  
日曜、祝日

TEL 079-556-8600

伊田眼科クリニック

診療時間	月	火	水	木	金	土	日祝
9:30	○	○	○	○	○	○	△
12:30	○	○	○	○	○	○	△
15:30	○	手術	○	△	○	○	△
18:30	○	手術	○	△	○	○	△