白内障を放置すると 全身疾患の危険度が高まる

～ 目の病気は、からだ全体の健康にも影響することがあります ～



白内障を放置すると…

- 視力の低下・生活の質（QOL）の悪化
- まぶしさ・見えにくさによる転倒リスク
- 運転や日常生活の制限

だけでなく、全身の健康にも
悪影響を及ぼす可能性があります。

放置によって起こる主な影響

視力低下による
活動量の減少

↓

運動不足・
生活リズムの乱れ

↓

全身の代謝や
血流の悪化

↓

全身疾患のリスク上昇

白内障を放置した場合に高まる全身疾患の危険度

心血管疾患　危険度：高

運動不足や血流の悪化により、
高血圧・心筋梗塞・脳卒中のリスクが高まります。

認知症　危険度：高

視覚からの情報が減ることで
脳の刺激が低下し、認知機能の低下につながる
可能性があります。

糖尿病　危険度：中～高

運動不足や生活習慣の乱れが
血糖コントロールを悪化させることがあります。

骨折・転倒　危険度：中

視力低下により転倒しやすくなり、
骨折のリスクが高まります。

うつ病　危険度：中

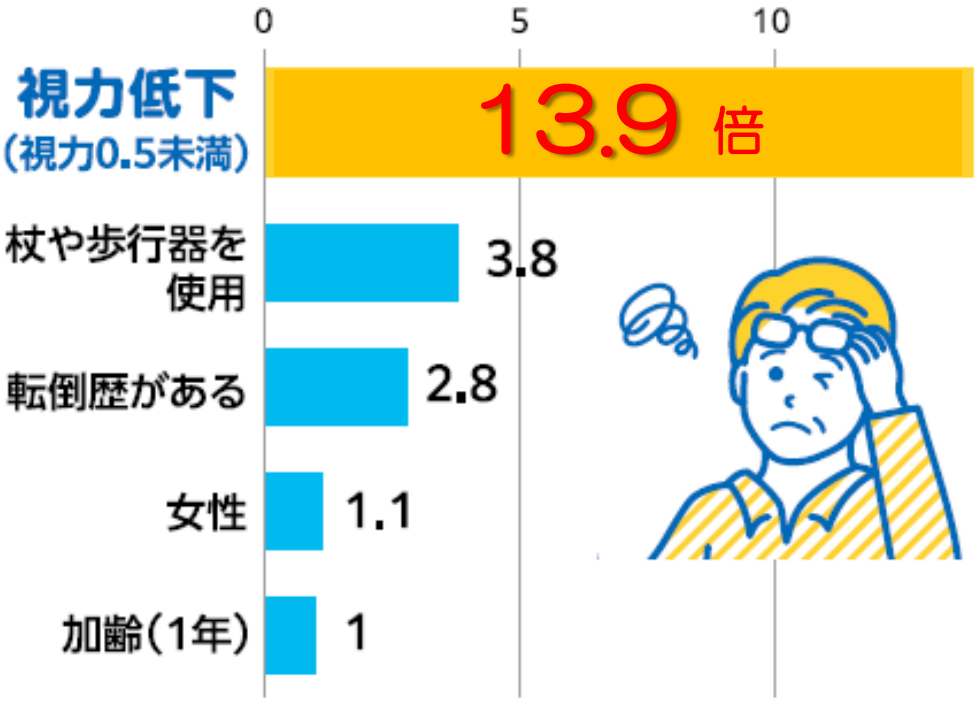
見えにくさによる社会的孤立や活動量の低下で、
気分の落ち込みを引き起こすことがあります。

**白内障は「目の病気」だけではなく、
全身の健康に関わる重要なサインです。**

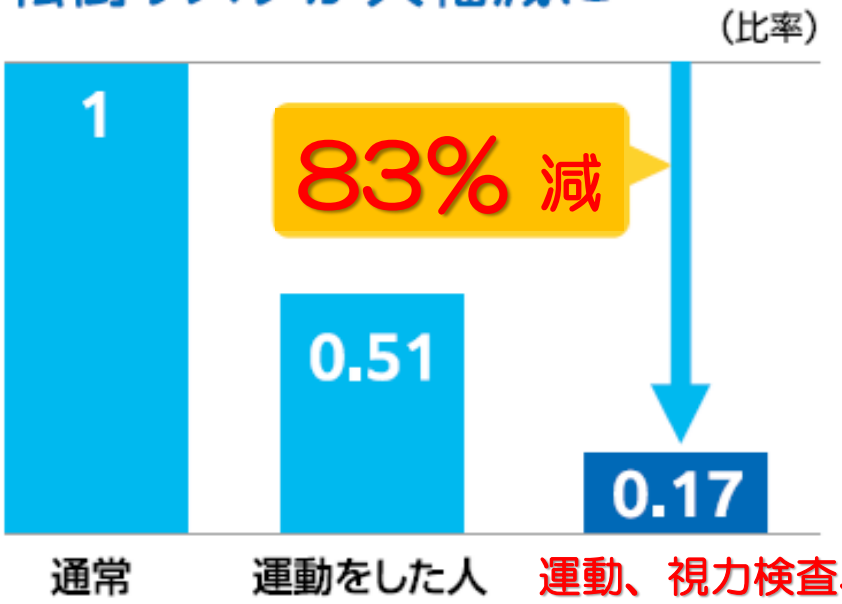
**早期発見・適切な治療で、
視力を守り、全身の健康リスクも減らしましょう。**

目が悪いと転倒リスクが10倍以上

視力0.5未満の人は要注意!



運動や目の検査・治療などで転倒リスクが大幅減に



日本眼科啓発会議改編