

～花粉シーズン到来！ コンタクトレンズ装用、どうしてる？～

**目のアレルギー症状がある状態で、約7割が自己判断でコンタクトレンズを装用**  
**自己判断で装用した結果、4人に1人以上の人がアレルギー症状悪化**  
**アレルギーシーズンのコンタクトレンズ装用には注意が必要！ 早めの眼科受診で快適なコンタクトレンズライフを**

健やかでクリアな視界で、人々のクオリティ・オブ・ビジョン（QOV）の向上に貢献するコンタクトレンズブランド「アキュビュー®」を提供するジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケア カンパニー（本社：東京都千代田区 代表取締役プレジデント：森村 純）は、日本のコンタクトレンズ装用者のうちの約2人に1人※1が目のかゆみや充血などのアレルギー症状に悩む現状を踏まえ、コンタクトレンズユーザーを取り巻く課題や実態を明らかにすることを目的に、全国の10代～50代の男女で、花粉症のアレルギー症状があるコンタクトレンズ装用者900名に対し、花粉症に伴うアレルギーシーズン中のコンタクトレンズの装用状況や悩み、眼科受診について意識・実態調査を実施しました。

調査の結果、目のアレルギー症状が出ている状態にもかかわらず、約7割（69.0%）の人が自己判断でコンタクトレンズを装用した経験があるという事実が明らかになりました。自己判断でコンタクトレンズを装用した人のうち4人に1人以上（28.3%）の人が目のアレルギー症状の悪化を経験しています。アレルギー症状が出ている状態でもコンタクトレンズを「使用したい」と回答した人は67.6%でしたが、コンタクトレンズ購入に伴う眼科受診時に、「花粉症に伴う目のアレルギー症状について相談しない」と回答した人は61.7%となりました。

また、「コンタクトレンズの使用を中止するよう指導があったにもかかわらず中止しなかった」のは62.1%で、そのうち34.1%が指導に従わなかった結果、目のアレルギー症状が悪化した経験があると回答しています。

調査結果について、順天堂大学医学部附属浦安病院 眼科教授 海老原 伸行先生は次のようにコメントしています。「アレルギーシーズン中も、目の健康を保ちながら一人ひとりのライフスタイルやニーズに応じて快適に生活するために、ご自身の判断でコンタクトレンズを使うのを控え、症状が出る前に積極的に眼科医にご相談ください。」

今回の調査結果をはじめ、アレルギーや花粉症の原因と対策などについては、「めまもり」プロジェクトの特集ページ [https://acuvuevision.jp/memamori/topics/allergy?utm\\_source=PR\\_times&utm\\_medium=social+media&utm\\_campaign=allergy\\_20220207](https://acuvuevision.jp/memamori/topics/allergy?utm_source=PR_times&utm_medium=social+media&utm_campaign=allergy_20220207) で公開しています。ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケア カンパニーは、トータルアイヘルスのリーディングカンパニーとして、皆さまの目の健康の向上のため、ソリューションの提供や啓発活動に取り組んでまいります。

調査結果サマリー

1)花粉症に伴う目のアレルギー症状による悩みと対策	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 花粉症に伴う目のアレルギー症状による悩みは「コンタクトレンズが入れにくくなった」（25.5%）など、「コンタクトレンズ使用」や「目薬」に関する項目が上位</li> <li>● セルフケアは「コンタクトレンズからメガネに切り替える」33.6%、「空気清浄機を使用する」24.1%が上位</li> </ul>
2)コンタクトレンズ使用状況	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 「相談する程の症状でない」「つけざるを得ない」ことを理由に約7割（69.0%）の人が自己判断でコンタクトレンズを使用、そのうち4人に1人以上（28.3%）の人が症状の悪化を経験</li> <li>● 目のアレルギー症状が出ている状態でも67.6%がコンタクトレンズを使用したいと回答</li> </ul>
3)眼科医へ相談の有無	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ているにもかかわらず76.1%が眼科未受診※2</li> <li>● 「相談する程の症状でない」ことを理由に、眼科医へ「目のアレルギー症状について相談しない」が61.7%</li> </ul>
4)眼科受診時の状況	<ul style="list-style-type: none"> <li>● コンタクトレンズの使用を中止するよう指導があったにもかかわらず、中止しなかったのは62.1%</li> <li>● 指導に従わなかった人のうち、34.1%が目のアレルギー症状の悪化経験あり</li> </ul>
5)眼科受診後の意識	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 花粉症に伴う目のアレルギー症状で眼科を受診した人のうち、眼科を受診して良かったと思う人が79.3%</li> <li>● 眼科受診後、「軽症のうちに/早期に受診したい」という意識の変化が見られた</li> </ul>

※1 アレルギー市場機会の精緻化に関する調査 第1段階。ジョンソン・エンド・ジョンソン調べ（2019）

※2 花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態にもかかわらず、受診したことがある診療科で、眼科を選ばなかった人

調査結果

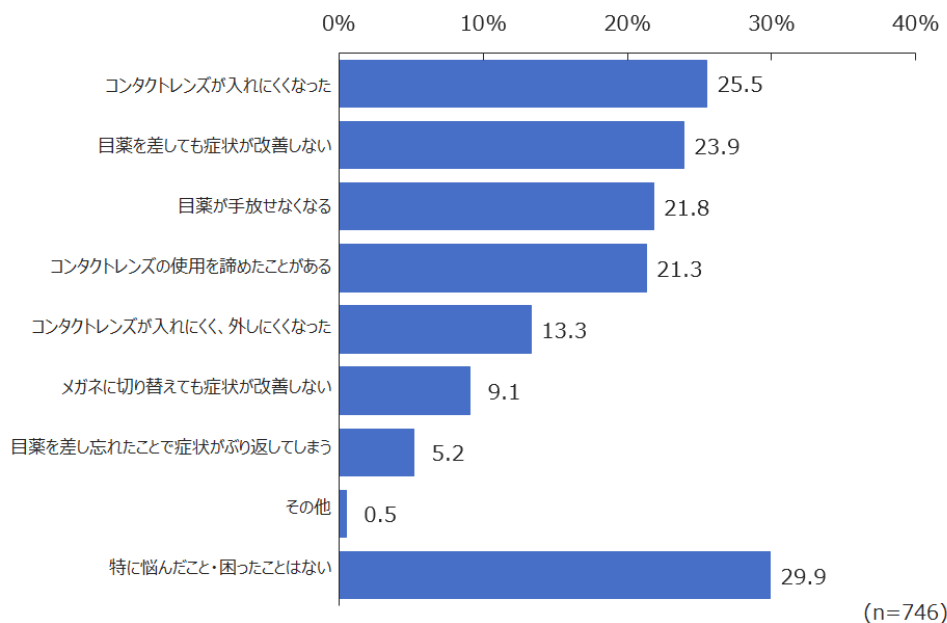
調査概要 調査期間：2021年12月3日(金)～12月12日(日) 調査方法：インターネット調査

調査対象：調査会社登録モニターのうち、全国の男女10代(15-19)～50代、コンタクトレンズ週4日以上着用者で花粉症のアレルギー症状がある方を対象に実施  
有効回答数：900人(男性：450人、女性：450人)

1)花粉症に伴う目のアレルギー症状による悩みと対策

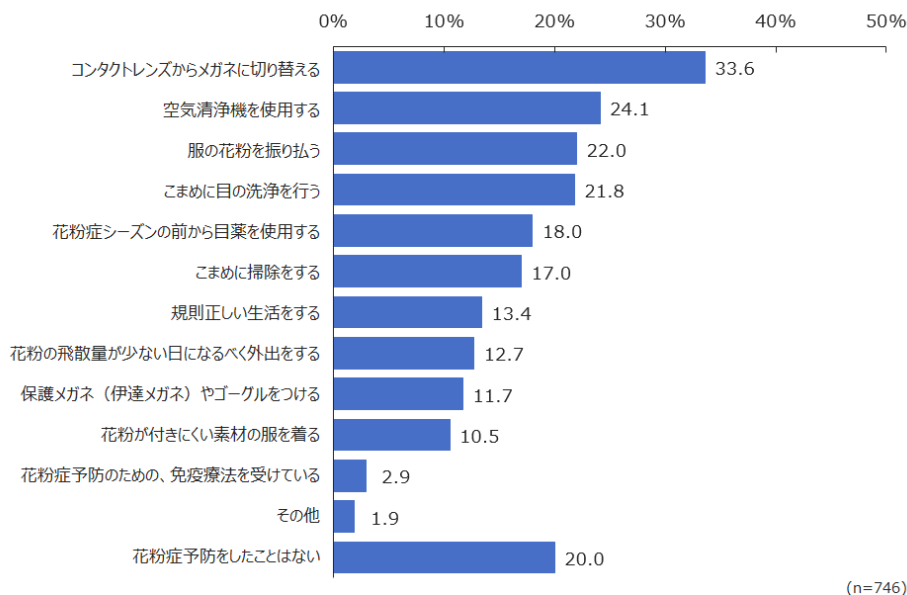
花粉症に伴う目のアレルギー症状で悩んだ・困った経験を聞いたところ、「コンタクトレンズが入れにくくなった」(25.5%)、「目薬を差しても症状が改善しない」(23.9%)、「目薬が手放せなくなる」(21.8%)、「コンタクトレンズの使用を諦めたことがある」(21.3%)などの回答が得られました。また、目のアレルギー症状に対して行ったことがあるセルフケアは「コンタクトレンズからメガネに切り替える」が33.6%と最も多く、次いで「空気清浄機を使用する」(24.1%)、「服の花粉を振り払う」(22.0%)、「こまめに目の洗浄を行う」(21.8%)という回答でした。

【グラフ1】花粉症に伴う目のアレルギー症状で悩んだ・困ったこととしてあてはまるもの(複数回答可)



Q3 花粉症に伴う目のアレルギー症状についてお伺いします。花粉症に伴う目のアレルギー症状で以下のように悩んだ・困った経験はありますか。あてはまるものをすべてお選びください。(MA) n=746 花粉症に伴う目のアレルギー症状がある人

【グラフ2】花粉症に伴う目のアレルギー症状に対するセルフケアとして行ったことがあるもの(複数回答可)



Q4 あなたは花粉症に伴う目のアレルギー症状に対して予防またはセルフケアを行ったことがありますか。以下の中からあなたが行ったことがあるものをすべてお選びください。(MA) n=746 花粉症に伴う目のアレルギー症状がある人

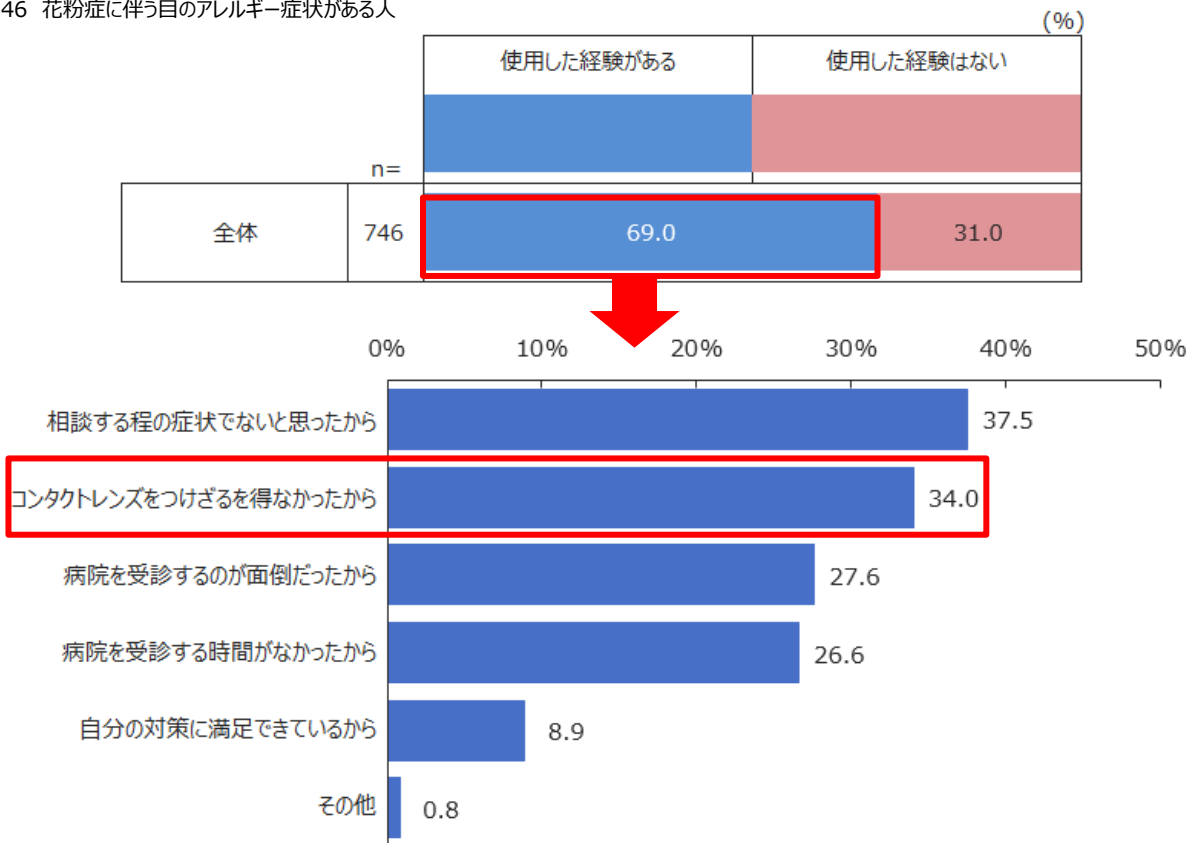
## 2)コンタクトレンズ使用状況

花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態で、**自己判断でコンタクトレンズを使用した経験がある人は約 7 割 (69.0%)**。理由として、「相談する程の症状でないと思ったから」が 37.5%と最も多く、次いで「コンタクトレンズをつけざるを得なかったから」が 34.0%。自己判断でコンタクトレンズを使用した人のうち 4 人に 1 人以上 (28.3%) の人はアレルギー症状が悪化したと回答。また自己判断でコンタクトレンズを使用せざるを得なかった理由として、「**視力や見え方がいつも通りでないと困るため**」が 46.3%と最も高く、次いで「仕事の動作上、メガネをかけることが難しい・困難であるため」(26.9%)、「仕事上コンタクトレンズをつけた外見でないとイケなかったため」(25.1%)と回答しています。**花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態でも 67.6%がコンタクトレンズを使用したいと回答**。アレルギー症状がひどい状態においても 42.6%がコンタクトレンズを使用したいと回答しています。**アレルギーシーズン中でも、コンタクトレンズの使用にニーズがある一方、自己判断での使用には注意が必要**であることが分かりました。

【グラフ 3】花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態でのコンタクトレンズ使用経験有無 (単数回答) / その理由 (複数回答可)

Q6 あなたは花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態で、自己判断でコンタクトレンズを使用した経験がありますか。(SA)

n=746 花粉症に伴う目のアレルギー症状がある人

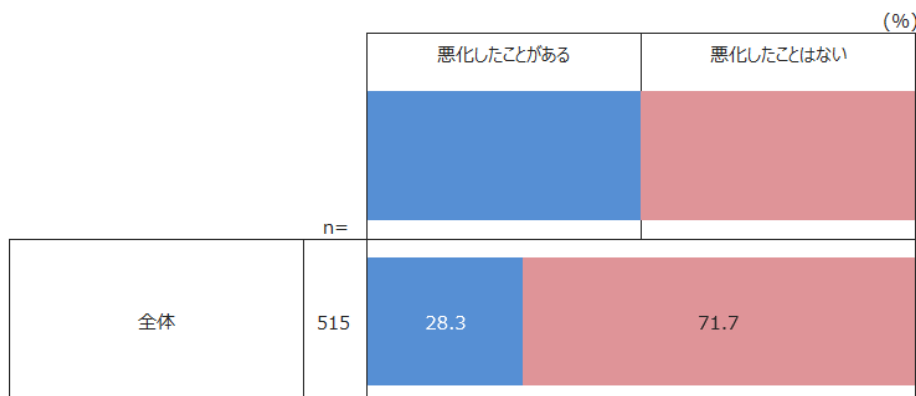


(n=515)

Q7 花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態で、自己判断でコンタクトレンズを使用した経験がある人にお伺いします。自己判断でコンタクトレンズを使用した理由について教えてください。(MA) n=515

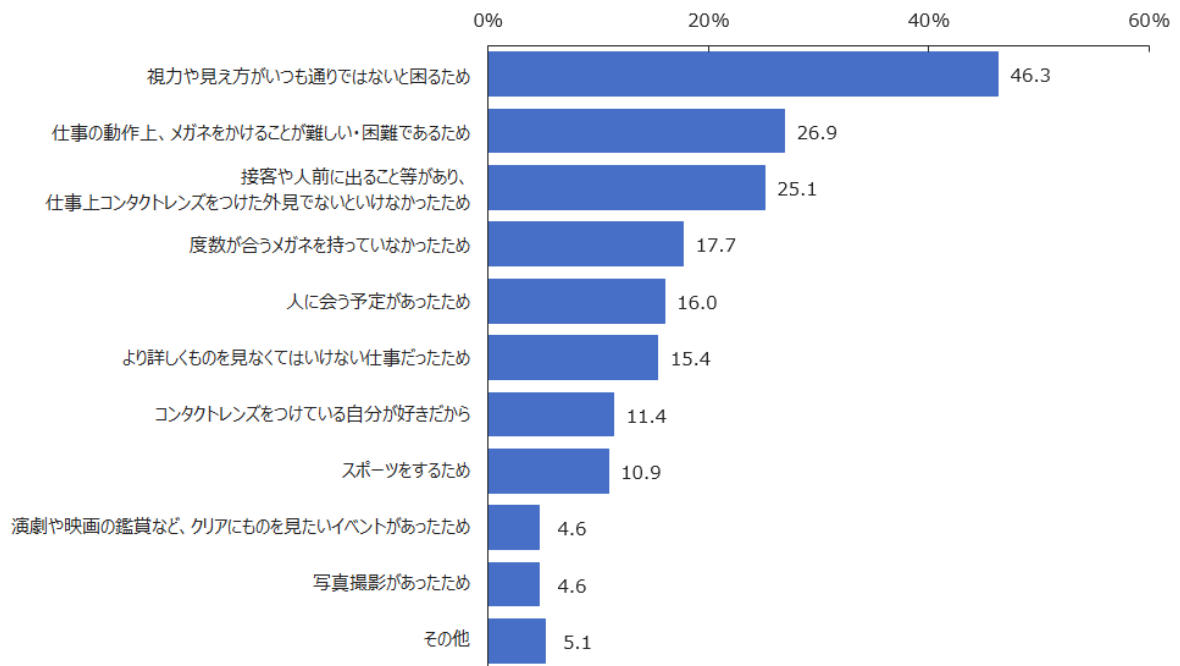
花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態で、自己判断でコンタクトレンズを使用した経験がある人

【グラフ 4】花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態で、自己判断でコンタクトレンズを使用した結果、目のアレルギー症状が悪化した経験有無



Q9 花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態で、過去に自己判断でコンタクトレンズを使用した結果、花粉症に伴う目のアレルギー症状が悪化した経験がありますか。(SA) n=515

【グラフ 5】花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態で、自己判断でコンタクトレンズをつけざるを得なかった理由（複数回答可）

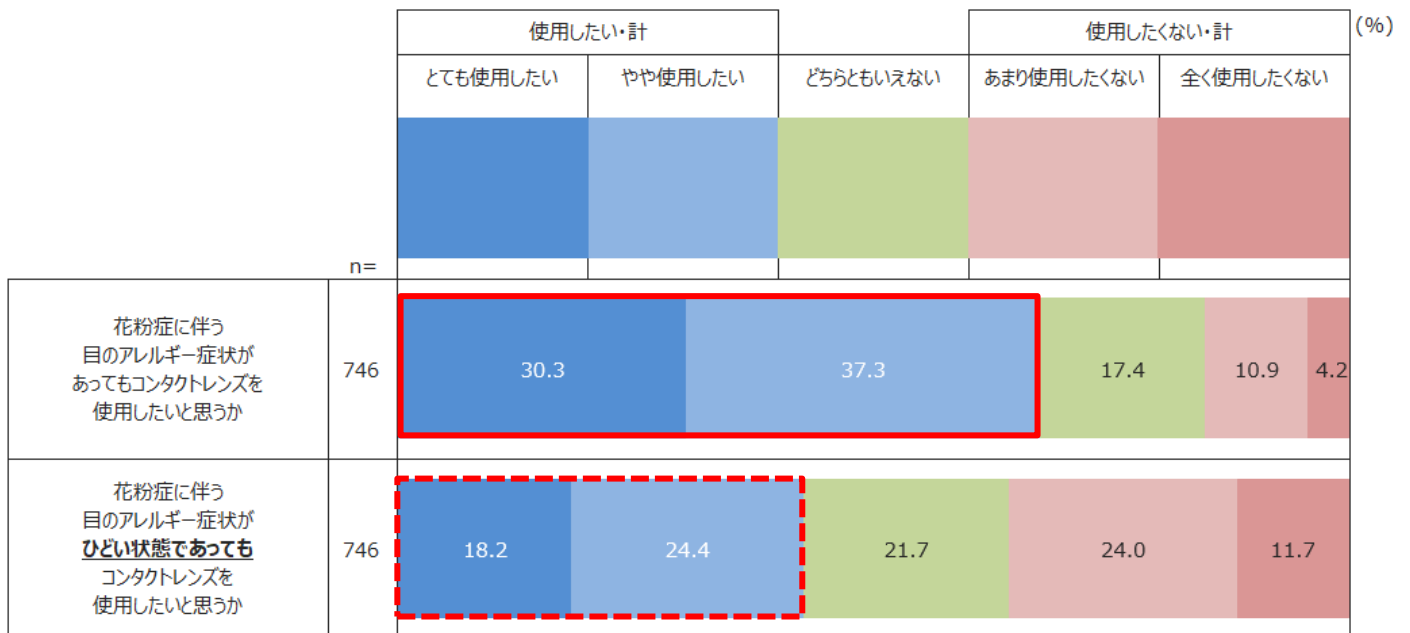


(n=175)

Q8 花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態で、自己判断でコンタクトレンズをつけざるを得なかった理由について教えてください。(MA)

n=175 花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態で、自己判断でコンタクトレンズを使用した理由として「コンタクトレンズをつけざるを得なかったから」を選択した人

【グラフ 6】花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態でのコンタクトレンズ使用意向



Q10 あなたは花粉症に伴う目のアレルギー症状があっても、コンタクトレンズを使用したいと思いませんか。(SA)

Q11 あなたは花粉症に伴う目のアレルギー症状がひどい状態であっても、コンタクトレンズを使用したいと思いませんか。(SA)

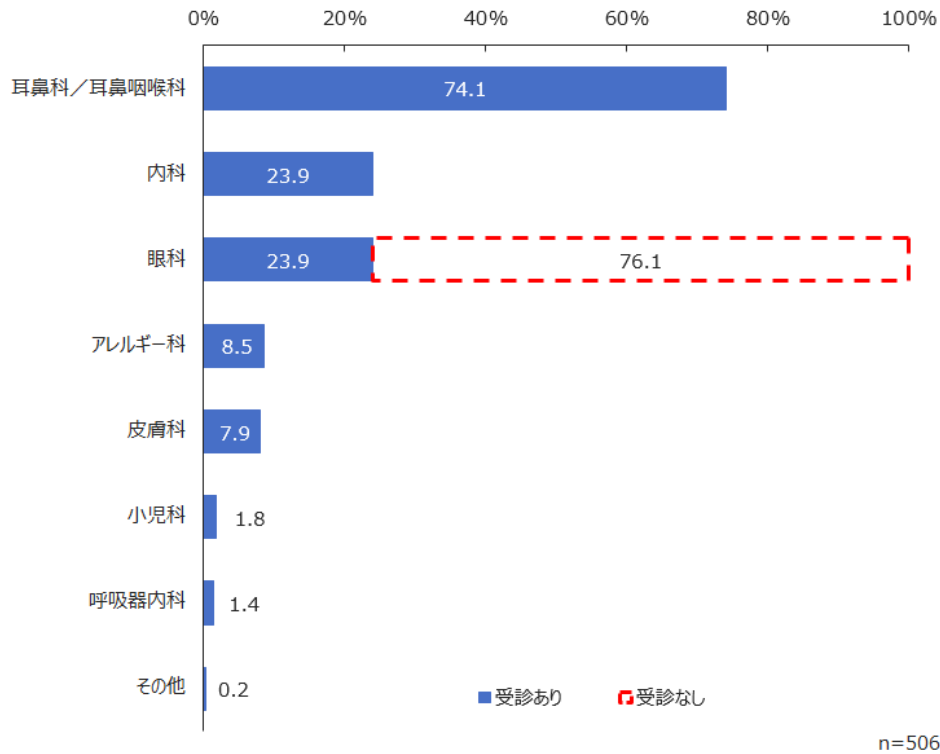
n=746 花粉症に伴う目のアレルギー症状がある人

### 3)眼科医へ相談の有無

花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態にもかかわらず **76.1%**が眼科未受診<sup>※3</sup>でした。その理由としては、「相談する程の症状でないと思ったから」(37.1%)、「受診するのが面倒だったから」(34.1%)、「受診する時間がなかったから」(27.5%)となりました。またコンタクトレンズ購入に伴う眼科受診時でも、花粉症に伴う目のアレルギー症状について相談していないと回答した人は **61.7%**。相談していない理由の上位は、「相談する程の症状でないと思ったから」(41.8%)、「花粉症の時期に受診していなかったから」(34.2%)でした。

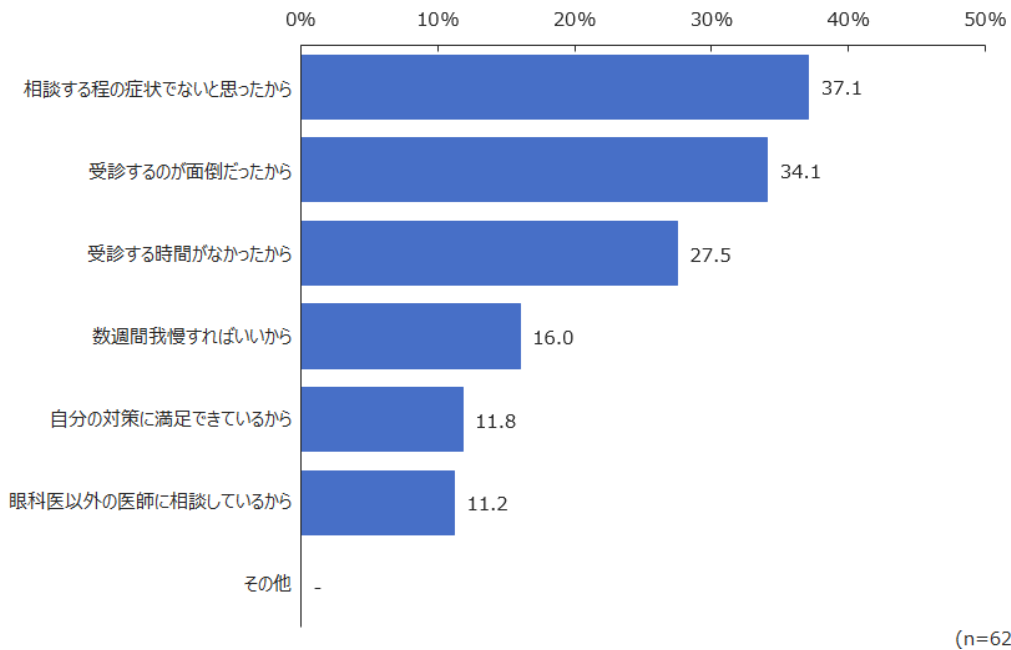
※3 花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態にもかかわらず、受診したことがある診療科で、眼科を選ばなかった人

【グラフ7】花粉症に伴うアレルギー症状での受診診療科（複数回答可）



Q2 あなたが花粉症の症状で受診した診療科を教えてください。受診したことのある全ての診療科を教えてください。(MA)  
n=506 花粉症の症状で病院受診経験があり、花粉症に伴う目のアレルギー症状がある人

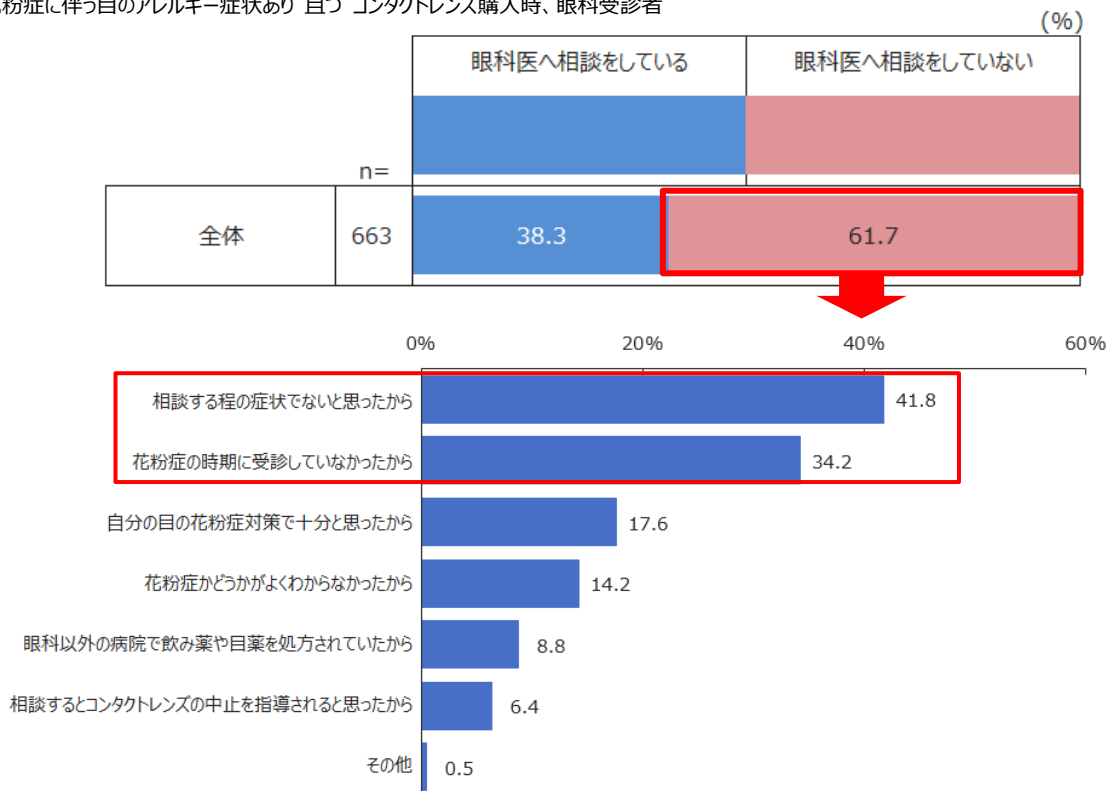
【グラフ8】花粉症に伴う目のアレルギー症状が出ている状態にもかかわらず眼科未受診の理由（複数回答可）



Q16 花粉症に伴う目のアレルギー症状があり、眼科を受診していない人にお伺いします。花粉症に伴う目のアレルギー症状がありながら、眼科を受診しなかった理由を教えてください。(MA) n=625 花粉症に伴う目のアレルギー症状あり 目づ 眼科未受診者

【グラフ9】コンタクトレンズ購入時に眼科医へ「花粉症に伴う目のアレルギー症状について」相談有無（単数回答）／相談しない理由（複数回答可）

Q14 普段コンタクトレンズを購入する際に眼科を受診している人にお伺いします。「花粉症に伴う目のアレルギー症状について」眼科医へ相談していますか。（SA）  
n=663 花粉症に伴う目のアレルギー症状あり 且つ コンタクトレンズ購入時、眼科受診者



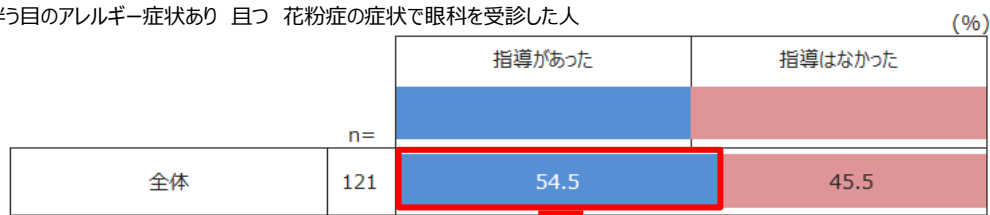
Q15 あなたが眼科を受診した際に、「花粉症に伴う目のアレルギー症状について」医師に相談しない理由を教えてください。（MA）  
n=409 コンタクトレンズ購入時、眼科医へ「花粉症に伴う目のアレルギー症状について」相談していない人

#### 4)眼科受診時の状況

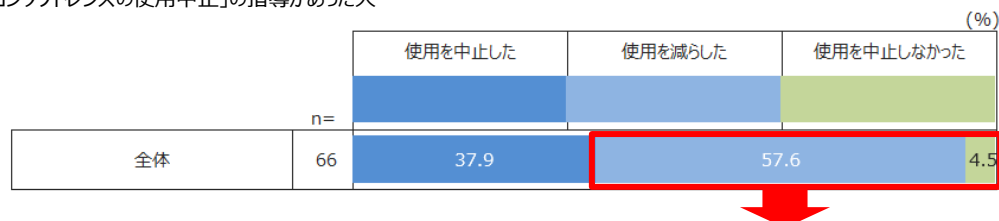
眼科受診時、花粉症に伴う目のアレルギー症状を理由に医師から「コンタクトレンズの使用を止めるよう」指導があったと回答したのは 54.5%でした。そのうち、コンタクトレンズの「使用を中止した」人は 37.9%、「使用を減らした」人は 57.6%、「使用を中止しなかった」人は 4.5%でした。「使用を減らした」「使用を中止しなかった」と回答した医師の指導に従わなかった人の **34.1%に症状が悪化した経験**があることが分かりました。

【グラフ10】受診の際に医師から花粉症に伴う目のアレルギー症状を理由に「コンタクトレンズの使用を止めるよう」指導があったか

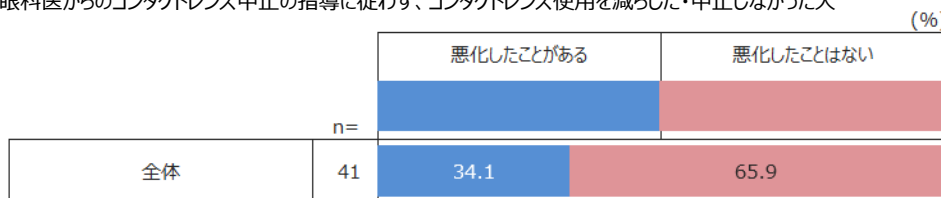
Q17 受診の際に医師から花粉症に伴う目のアレルギー症状を理由に「コンタクトレンズの使用を止めるよう」指導がありましたか。（SA）  
n=121 花粉症に伴う目のアレルギー症状あり 且つ 花粉症の症状で眼科を受診した人



Q18 花粉症に伴う目のアレルギー症状を理由に医師から「コンタクトレンズの使用を止めるよう」指導があった後、指導通りにコンタクトレンズの使用を中止しましたか。（SA）  
n=66 眼科医から「コンタクトレンズの使用中止」の指導があった人



Q19 花粉症に伴う目のアレルギー症状に対して眼科を受診し、医師からの指導通り使用を中止しなかった結果、花粉症に伴う目のアレルギー症状が悪化した経験はありますか。（SA） n=41 眼科医からのコンタクトレンズ中止の指導に従わず、コンタクトレンズ使用を減らした・中止しなかった人

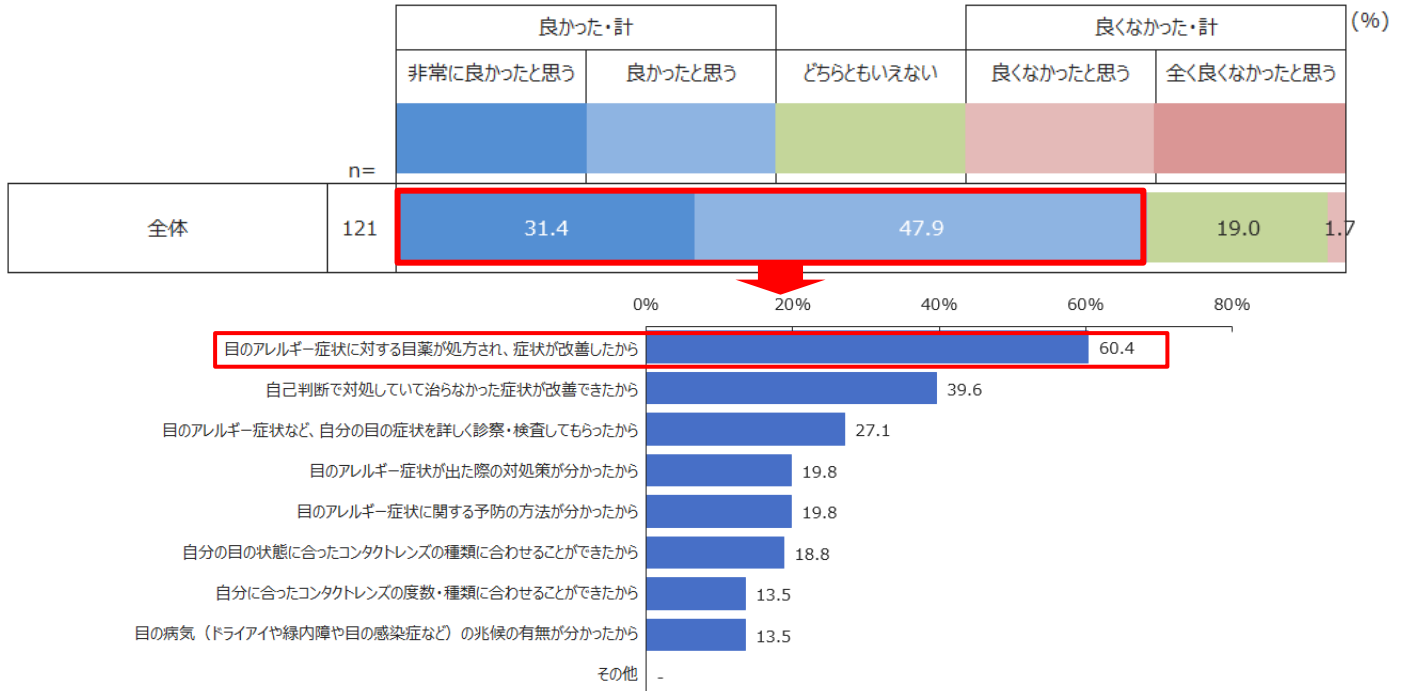


## 5)眼科受診後の意識

花粉症に伴う目のアレルギー症状で眼科を受診した人のうち、**眼科を受診して良かったと思う人は 79.3%**。良かったと思う理由としては、「目のアレルギー症状に対する目薬が処方され、**症状が改善したから**」が **60.4%**と**トップ**。次いで「自己判断で対処して治らなかった症状が改善できたから」が 39.6%。**眼科受診後の意識の変化**としては、「**目のアレルギー症状が軽いうちに受診しようと思った**」(50.4%) が最も高く、次いで「花粉が飛び始める前に眼科を受診しようと思った」(40.5%)、「目のアレルギー症状がある程度出たら眼科に行こうと思った」(35.5%) という結果になりました。

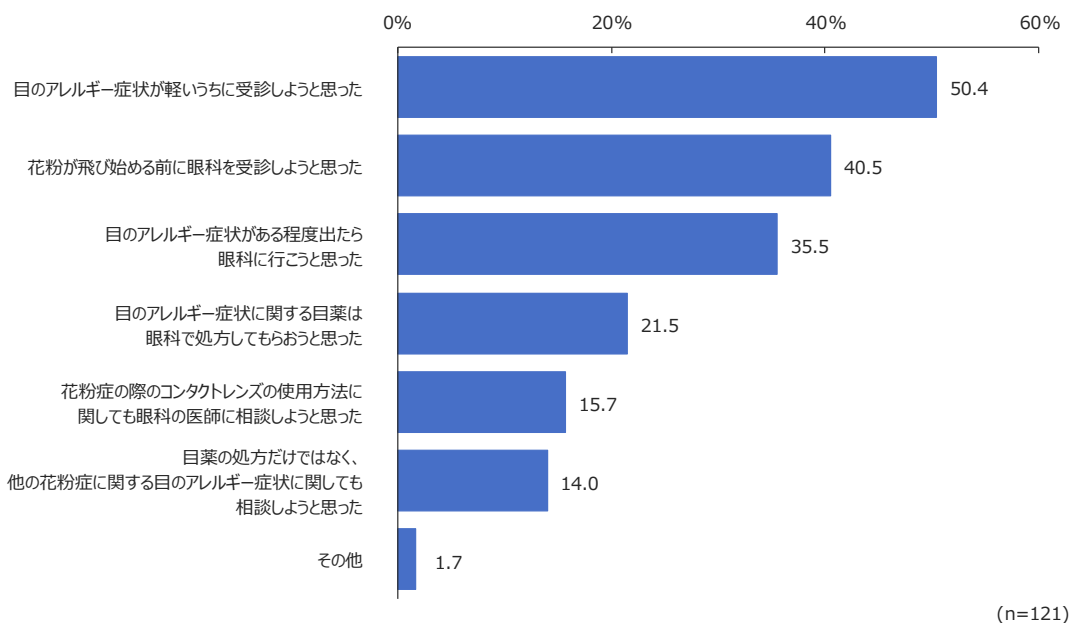
【グラフ 11】眼科受診後、「眼科を受診して良かった」かどうか(単数回答)／良かった理由 (複数回答可)

Q20 花粉症に伴う目のアレルギー症状に対して、眼科を受診した人にお伺いします。眼科を受診後、どの程度「眼科を受診して良かった」と思いましたか。(SA)  
n=121 花粉症に伴う目のアレルギー症状あり 目づ 花粉症の症状で眼科を受診した人



Q21 花粉症に伴う目のアレルギー症状に対して、眼科を受診して良かったと感じている人にお伺いします。そう感じた理由を教えてください。(MA)  
n=96 眼科受診後、「眼科を受診して良かった」と回答した人

【グラフ 12】眼科受診後の意識の変化 (複数回答可)



Q22 花粉症に伴う目のアレルギー症状に対して、眼科を受診した人にお伺いします。花粉症に伴う目のアレルギー症状で眼科を受診した後、眼科受診への意識の変化はありましたか。(MA) n=121 花粉症に伴う目のアレルギー症状あり 目づ 花粉症の症状で眼科を受診した人

※小数点第二位で四捨五入し、小数点第一位までを算出しているため、比率の合計が 100%にならない場合があります。

アレルギーシーズン中に目のかゆみなどの症状が出ても、生活上コンタクトレンズを装用したい・装用しなければならないというニーズから、ご自分の判断でコンタクトレンズの装用をする方は少なくありません。

今回の調査でも、目のアレルギー症状が出ている状態で、日常からコンタクトレンズを使用している方のうち、約7割がご自身の判断でコンタクトレンズを装用したことがあるという結果がでています。しかもそのうち約3割の方が目のアレルギー症状の状態が悪くなったと回答されています。

眼科では、目のアレルギー症状が出ている時にはコンタクトレンズの使用を中止したり、装用時間を短縮したりするように指導しています。その理由は、コンタクトレンズと結膜との摩擦で結膜のバリアー機能が低下し、花粉がより侵入しやすくなり、アレルギー性結膜炎が増悪するからです。炎症が続くと、上まぶたの裏側の結膜に巨大乳頭（突起物）が発生し、コンタクトレンズを装用しても上方へずれてしまい、コンタクトレンズ装用が出来なくなってしまいます。このような状態にならないよう、特にコンタクトレンズをできるだけ使いたい方は、花粉が飛び始める前や花粉症の症状が出る前に早めに眼科を受診し、目のアレルギー症状を起こしにくく、もし起きても程度が軽くなるように、早めに対策することが大切です。目の症状が悪くなってしまったから眼科を受診されたとしても、コンタクトレンズを中止する選択肢しなくなってしまう。

今回の調査でも、目のアレルギー症状で眼科を受診された方々の多くから、効果的な対処ができたことを主な理由として、「眼科を受診してよかった」と回答いただいております。目の健康を保ちながら一人ひとりのライフスタイルやニーズに応じて快適に生活するために、花粉シーズンが始まる前や目の症状が出る前に、ぜひ積極的に眼科医にご相談ください。人生100年時代、大切な目の健康を維持するために、かかりつけ眼科医を見つけておくのもいい方法です。



順天堂大学医学部附属浦安病院  
眼科 教授  
海老原 伸行先生  
眼科専門医／医学博士  
日本アレルギー学会理事、  
日本眼科アレルギー学会理事長、  
日本眼科学会評議員、日本眼炎症学会評議員



## 【ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケア カンパニーについて】

ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケア カンパニーは、1991 年に世界初の使い捨てコンタクトレンズ「アキュビュー®」を日本に導入して以来、常に使い捨てコンタクトレンズ市場をリードし続けてきました。これからも、全ての人が毎日を健康に明るくクリアな視界で過ごせるよう、人々のクオリティ・オブ・ビジョン（QOV）の向上を目指して、貢献していきます。

<https://acuvuevision.jp/>

## 【コンタクトレンズ「アキュビュー®」について】



「アキュビュー®」は、目の健康を一番に考え、「汚れが蓄積する前に新しいレンズに交換することが、もっとも衛生的なコンタクトレンズの使い方」という発想でつくられたコンタクトレンズです。現在日本国内では、近視・遠視・乱視・老視などのさまざまな視力補正ニーズに対応する 14 種類の多彩な製品をラインナップしています。

「アキュビュー®」は 2021 年 10 月に上市 30 周年を迎えました。これからもトータルアイヘルスカンパニーとして革新的な製品で目の健康をリードしていきます。

※ ®登録商標

## 【ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社 ビジョンケア カンパニーの啓発活動】

### ● 「めまもり」プロジェクト

目の健康寿命を各々の寿命に近づけるため、家族を起点にクオリティ・オブ・ビジョン（QOV）や一人ひとりの目の健康を保つ意識を向上するための活動です。活動を通じて、「さまざまな形でわかりやすく、わたしのめまもり、かぞくのめまもり情報をお届けし、家族や大切な人との情報共有やコミュニケーションを促し、目の健康寿命を延ばすための『知る。気づく。行動する。』のきっかけをつくる」ことを目指しています。

<https://acuvuevision.jp/memamori/top>



## 【ジョンソン・エンド・ジョンソン株式会社の啓発活動】

超高齢社会にある日本で「人生 100 年時代」を生きる今 — 私たちジョンソン・エンド・ジョンソンでは、人々が長い人生を健康で幸せに過ごせるよう、ご自身の健康状態の把握や病気の早期発見・早期治療を大切にいただけたら、という思いから、健康診断・がん検診やさまざまな疾患と治療に関する情報を発信しています。

<https://www.jnj.co.jp/jjmkk/healthcare-of-new-normal>