

健康トラブルQ&A

まぶたの内側にしこりが。痛みはないが、治療は必要？

28歳／男性／兵庫県

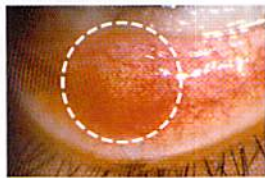
まぶたの内側に、小さなしこりのようなものができています。とくに痛みを感じることはないのですが、1カ月ほど前に気づいたときより少しだけ大きくなっているような気がします。何らかの治療が必要でしょうか？



A 無菌性の炎症「霰粒腫」と思われる。再発をくり返すようなら受診を。

回答者／鎌田 芳夫 上野毛眼科(東京都)院長

① 霰粒腫



マイボーム腺の開口部が詰まり、排出されない脂肪分がたまって、まぶたにしこりができる。

② 麦粒腫



細菌感染によっておこる炎症。地方により、ものもらい、めんぼう、めばちこ、めいぼ、おひめさん、おともだち、などさまざまな呼び名がある。

③ マイボーム腺がん



まぶたにあるマイボーム腺に発生するがん。中高齢者に多くみられるが、30代でも発症する。

霰粒腫だと思われます。霰粒腫とは、まぶたにあるマイボーム腺（涙の脂肪成分を分泌する部分）の開口部が詰まって排出されない脂肪分がたまり、慢性的な炎症がおき、肉芽腫という腫瘍ができる病気です（写真①）。乳幼児から老人まで、あらゆる年齢層に発生します。まっげの毛根やマイボーム腺に細菌が感染しておこる麦粒腫（写真②）とは異なり、無菌性の炎症です。

おもな症状は、まぶたの腫れや異物感で、典型例では痛みも赤みもなく、まぶたにコロコロとしたしこりを触れます。多くの場合、詰まっていた脂肪分は数週間で自然に吸収され、しこりが消失します。しかし、やや硬い肉芽腫となってしまうと脂肪分は吸収されず、しこりが残ったままになります。また、まぶたの皮膚側や内側に破れて内容物が出ることもあります。霰粒腫は内容物が出て治ることがなく、再発をくり返します。ときには腫瘍に細菌感染を併発することがあり、麦粒腫と似た症状（痛み、発赤）が出ます。これを急性霰粒腫と呼びます。中高齢者では、悪性腫瘍（マイボーム腺がん）（写真③）との鑑別が大切です。

女性の場合、アイラインをまぶたの皮膚と結膜（まぶたの内側の薄い溝）の間に塗ることがありますが、そこにはマイボーム腺開口部があり、詰まらせてしまう原因となるため、注意が必要です。濃いアイラインは避け、帰宅後はしっかりとメイクを落とすよう心がけましょう。

霰粒腫の予防、およびセルフケアとしては、温湿布が有効です。入浴時、湯船につかっている数分間、温かい蒸しタオルを患部に当てるとよいでしょう。これで、詰まった脂肪分が排出されやすくなります。

腫瘍が小さければ自然に吸収されることもありますが、大きい場合は、手術で摘出する必要があります。急性霰粒腫に対しては、まず抗菌薬（抗生物質）などで炎症を鎮めます。再発をくり返す場合や中高齢者では、眼科医を受診することです。

からだや心の悩みに専門の先生が回答してくれます

- 病気の相談、メンタルヘルスや性の悩みなど、健康についての質問をお寄せください。質問は1通につき1件だけです。緊急のもの、入院中の質問などはご遠慮願います。
- 医療機関や医師への紹介は行っておりませんので、ご了承ください。
- 住所・氏名・年齢・電話番号・所属の健康保険組合名を明記し、返信用82円切手を同封のうえ、下記のあて先までお寄せください。
- ご相談に際してお送りいただいた個人情報を守秘いたします。

〒104-8104 東京都中央区銀座1-10-1 (株)法研「ジャストヘルス健康相談」係