



目で出るのはなぜ

目を守っているなみだと油

目の表面は、なみだのほかに、油とムチンという液体で守られています。

目のまぶたにそったところには、この油をふくんだ、ねばりけのある液体を出すところがあります。この液体は、いつも少しずつ出ている、まぶたの裏にある結膜というところに、広がっていきます。まぶたの裏に、この液体が出ていると、まばたきをするときに、まぶたが、なめらかに動くことができるのです。

目やには、油やムチンがかたまったもの

起きているときには、なみだで目はうるおっています。しかし、寝ている間は、なみだを出す涙腺も休んでいるので、なみだがだんだんかわき、油やムチンだけが目のふちに残ることになります。そのため、朝起きるころには、油やムチンだけがかたまっ、ねばねばした目やになっっているのです。特に、ほこりの多い時期には、目にほこりがつくため、目やには増えます。（監修・保志 宏）

