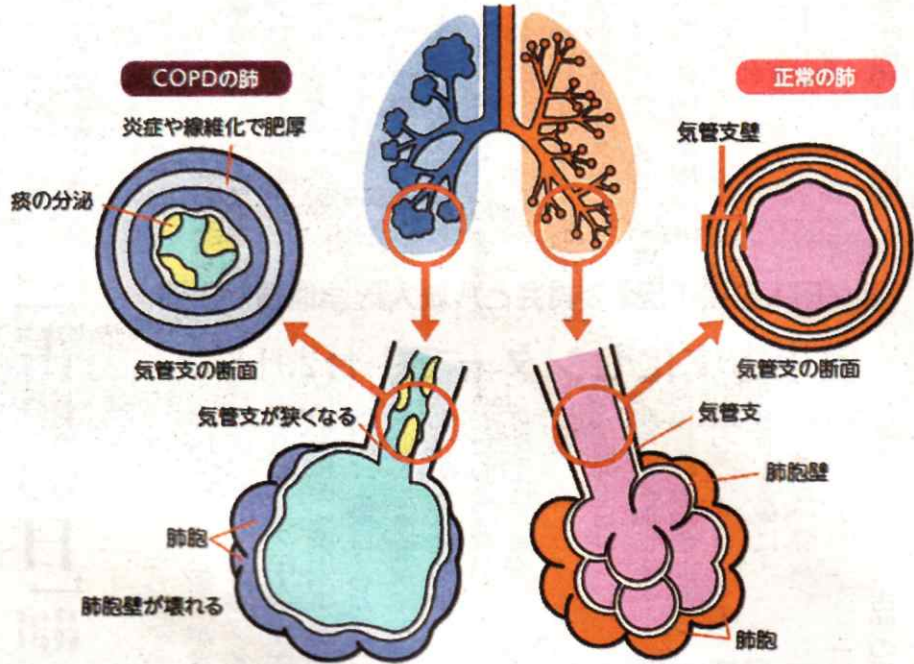


④4 とうそくの火が吹き消せますか？



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科 章



Smart Life Projectホームページ (https://www.smartlife.mhlw.go.jp/) から引用

人生100年時代の健康管理
パーステイケーキの
ろうそくの火を上手に
吹き消せませんか？
か。できれば、肺

年齢はかなりの高齢で
す。
COPD(慢性閉塞性肺疾患)になると、
はきたす息の勢いが弱
くなり、吹き消す前に
ゼコゼコとせき込み、
たんもからんで苦しく
なります。
COPDは息切れに
慢性的な咳(せき)と
たんを伴う肺の病気で
す。ほとんどが長年に
わたるたばこ煙を主と
する有害物質の吸い込
みによるので、中高年
に発症する生活習慣病
です。
以前は慢性気管支炎
と肺気腫という別々の
病名で扱われていまし
た。長期にわたるたば
こ煙の刺激により、気
管支からその最終の枝
分かれ先である肺胞に
かけて広い範囲の肺で
炎症がおこり肺に傷害
がおこります。
細い気管支に炎症が
続くと粘膜は厚くな
り、内腔(ないくう)
は狭くなり空気の流れ
が悪くなります。慢性
の刺激で咳がでて、た
んも多くなります。こ
れが慢性気管支炎で

有害物質は気管支が
20回以上も枝分かれし
た先のブドウの房状に
なつた肺胞まで入り込
み、肺胞も傷害しま
す。傷害された肺胞は
壊れ、壊れた肺胞同士
が一体となって膨らん
でいきます。これが肺
気腫です。肺気腫にな
ると本来行われるガス
交換と呼ばれる、肺胞
と毛細血管の間での酸
素と二酸化炭素の出し
入れができなくなりま
す。なぜ、一息に息をは
きだせないのでしょうか。
なぜ、息を吸うときに
肺の中は陰圧になり、
細い気管支も広がるの
で空気が入りやすいの
ですが、はくときには
圧がかかって細い気管
支は押しされ、空気が
出にくくなるのです。口
をすぼめて気道に圧を
かけ、細い気管支が
つぶれないようにゆっ
りとしか息を出せな
くなるのです。
わが国には500万
人以上のCOPDがい
ると推定されています
が、大多数が診断も治
療もされていないので
す。たばこをやめない
と酸素ボンベが手放せ
ない状態になります
よ。
※次回「たばこを吸って
いると手術が」です。

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

保健・福祉

オミクロン株の流行に注意

冬至が過ぎ、今年も間もなく
終わります。天気はよさそうで
すが、寒さは厳しさを増してお
り、霜柱の地面を歩けばさ
くとした感触が足に伝わりま
す。新型コロナウイルスは変異
し、オミクロン株が登場。各国
で大流行しており、日本でも感
染者が増えつつあります。
県内はこの一週間、クラス
ターの発生でコロナ陽性者が増
えたものの徐々に落ち着いてき

はやってる病気は？

ていました。ただ、全国ではオミ
クロン株の市中感染の報告もあ
ります。感染力が強いようで、十
分気を付ける必要があります。
学校が冬休みに入り、感染症
の流行が抑えられればと思いま
すが、外出機会は増える時期で
す。極力外出を控え、マスク、
手洗いをしっかりして、新年を
迎えたいと思います。
インフルエンザの流行はま
たくみられず、手足口病、ヘル
パンギーナの流行も抑えられて
います。(27日、桐生市医師会

疾病名	3週間前報告数	2週間前報告数	1週間前報告数	今週の報告数
インフルエンザ	0	0	0	0
RSウイルス感染症	1	2	2	4
咽頭結膜熱	3	9	19	15
A群溶連菌咽頭炎	9	18	13	33
感染性胃腸炎	111	172	238	377
水痘	9	10	5	2
手足口病	21	24	24	26
伝染性紅斑	0	1	1	0
突発性発疹	21	19	15	18
ヘルパンギーナ	139	112	89	81
流行性耳下腺炎	2	4	2	3
急性出血性結膜炎	0	0	0	0
流行性角結膜炎	6	5	7	8
細菌性髄膜炎	0	0	0	0
無菌性髄膜炎	0	0	0	0
マイコプラズマ肺炎	1	0	0	0
クラミジア肺炎	0	0	0	0
感染性胃腸炎(コタライルズ)	0	0	0	1
インフルエンザ(入院患者)	1	0	0	0
風疹	0	0	0	0
麻疹	0	0	0	0
百日せき	0	0	0	0

群馬県の感染症サーベイランス (12月13日～19日)

「STOP! 突然死」——。桐生タイムス 心臓蘇生・AED事業 協賛各社

AED設置施設

私たちはAEDを設置し安全確保に努めています

恵愛堂病院 みどり市大間々町大間々504-6 ☎0277-73-2211	中島歯科医院 桐生市琴平町11-11 ☎0277-22-0008	足仲保育園 桐生市相生町1-621-2 ☎0277-52-1620	認定こども園 ひかりこども園 桐生市東4丁目1-18 ☎0277-44-3795
岸病院 桐生市相生町2丁目277 ☎0277-54-8949代	GOOD LIFE GOOD TOOTH ISHII DENTAL CLINIC 歯みがきで始まり歯みがきで終わる毎日。 その間にある「豊かな暮らし」を提案しています。 栃木県足利市栗鹿町2-23-3 ☎0284-62-0881 http://www.2-ishii.com/ @ 2_ishii_dental	認定こども園 たかのす聖母保育園 桐生市川内町2丁目81-4 ☎0277-65-9128	認定こども園 菱保育園 桐生市菱町3丁目1992 ☎0277-45-0112
加藤鉄工株式会社 桐生市広沢町1丁目2835 ☎52-1302代	関田内科クリニック 桐生市相生町5丁目284-21 ☎0277-54-2511	ひまわり保育園 桐生市相生町3丁目683-1 ☎0277-52-9109	認定こども園 桐生北こども園 桐生市東久方町1丁目1-36 ☎0277-44-4915
北川内科クリニック 桐生市錦町2丁目12-2 ☎0277-44-7706	市場にもAEDがあります 桐生地方卸売市場株式会社 みどり市笠懸町阿左美2761-1 TEL.0277-46-6282	JAにったみどり みどり市笠懸町鹿235番地2 TEL.0277-30-8511 URL http://www.jagunma.net/nittamidori	桐生市 ビニールハウス建設・農業用資材卸販売 全農くんま指定 三高産業株式会社 桐生市境野町7-1860 TEL.0277-43-7181代 FAX.0277-43-5380