



【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年から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、元日本循環器病予防学会理事長。

人生100年時代の健康管理

桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科 章

前回は、なぜ足がむくみやすいのかについて紹介しました。今回、むくみは毛細血管の

⑫ むくみの見方は…



むくんだかなと思ったら、毎朝、排尿後に体重を測りましょう (図は「中外製薬医療向けイラスト集」から引用)

周りで血管と細胞の間のスペース(間質)に見て分かるほど水分(組織間液)が増える状態です。むくみの主な原因は、①毛細血管の内圧が高い②血管内に水

を引きつけるたんぱく質(アルブミン)が少ない③間質の水分を吸収するリンパ管の機能が悪い…などが、原因によってむくみの起こり方が異なります。むくみは原則として

ので、横向きになってもらって背中や腰の辺りを見ましょう。指でゆっくと押して、離して陥凹(かんおう)へこみ)ができていればむくみです。へこみ具合が強いほどむくみの程度は著明です。見た目では、皮膚

むくみは両側に起るのが普通ですが、局所の炎症や静脈やリンパ管の異常による場合は、限局性です。静脈が血栓で閉塞する深部

むくみは両側に起るのが普通ですが、局所の炎症や静脈やリンパ管の異常による場合は、限局性です。静脈が血栓で閉塞する深部

保健・福祉

Table with columns: 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. Lists various diseases like インフルエンザ, 新型コロナウイルス感染症, etc.

群馬県の感染症サーベイランス(8月21~27日)

インフルくとコロナちゃん(6) みなさん、こんにちは！ ホクはインフルくん。ながつきにはいり、もうすぐはくろ。でもまだまだすすしくならないよね。ナツのつかれがでるキセツ。たいちよう、だいじょうぶかな。

はやってる病気は? ルスねえさんなど、さまざまなウイルスかんせんしょうがリュウコウしてる。かぞくやともたちのあいだでデンセンしてしまっケースがちよくちよくみられるよね。マスク、テアライ、ヒトゴミをさける…、ひつようにおうじてタイサクをこうじよう。エイヨウとライミン、だいじだよ。

むくみは両側に起るのが普通ですが、局所の炎症や静脈やリンパ管の異常による場合は、限局性です。静脈が血栓で閉塞する深部静脈血栓症では片側の

◆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。

Advertisement for AED installation and various local services including hospitals (恵愛堂病院, 中島歯科医院), kindergartens (みらい, ひかりこども園), and dental clinics (岸病院, GOOD LIFE GOOD TOOTH).