



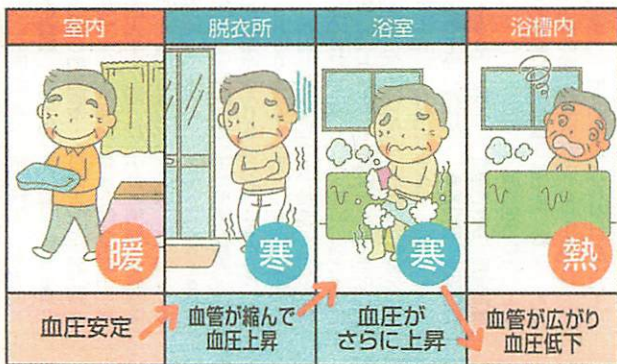
人生100年時代の健康管理

桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科 章

【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。

「寒い冬の夜は湯船に漬かって体の芯から温まりたい」と思う方が多いと思います。実

入浴関連死って何ですか？



は、高齢者にとって入浴は危険です。入浴中に意識を失い、そのまま浴槽内に溺れて、亡くなる不慮の事故が多々あります。浴槽での溺死、浴室での脳卒中や心筋梗塞などによる急死を総称して「入浴関連死」と呼びます。入浴中の急死を調べた厚生労働省の2014年の研究報告では入浴関連死は年間約1万9000人でした。そのほとんどが高齢者で、高齢人口は増加しており、最近では2万人を超えていると推定されています。

「寒い冬の夜は湯船に漬かって体の芯から温まりたい」と思う方が多いと思います。実槽内での不慮の溺水による死亡は、年代が上がるにつれて増加しており、特に75歳以上の後期高齢者に増えています。どの年代も男性に多く、男女間の差は年齢が上がるにつれて広がっています。浴槽内溺死者のアルコール濃度を調べた法医学会の報告では、酪酐(めいてい)レベルの150mg/dl以上であった例が20%近くで、そのほとんどが男性でした。

急な温度変化による急激な血圧変動が主な原因と考えられています。暖かい部屋から冷えた脱衣所へ移動する際、血管が収縮して血圧が一時的に上昇します。この急激な血圧変動により、脳への血流が低下し、いわゆる脳貧血が起こります。一時的でも意識が失われると、脳卒

◆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

調子が悪ければ休もう 12月下旬に、学校でのインフルエンザ、新型コロナウイルスの感染者は増加傾向にあり、大変な状況です。小学生の感染者が多いようですが、休ませるのが難しいのが、無理して出席した結果、感染が学級や学年に拡大してしまうケースもあるようです。調子が悪ければ思い切って休まないと、感染を防

Table with 5 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. Rows include Influenza, COVID-19, RSV, etc.

はやっってる病気は? 新型コロナウイルスの感染者は、インフルエンザに比べると少ないようですが、まだまだ油断できません。発熱の子どもでは溶連菌感染症もほぼつぼとみられるので、注意が必要です。(18日 桐生市医師会)

Advertisement for AED installation. Includes logos for AED, and lists various locations like 恵愛堂病院, 中島歯科医院, 岸病院, 田島電気株式会社, 関田内科クリニック, 北川内科クリニック, 認定こども園 みらいひかりこども園, たかのす聖母保育園, ひまわり保育園, だいや保育園, 三高産業株式会社.