すくすく子育てチャイルドケア

炎症

よく○○炎という病名を聞きますが、炎は「炎症」の略です。体が有害な刺激を受けたとき、それに対応して、一生懸命に自分を守っている状態です。風邪をひいたときの病名に「気管支炎」がありますし、肌を虫に刺されたときには「皮膚炎」があります。

炎症そのものは一般的な症状名なので、病気の原因や症状、経過や場所などでいろいろな名前を冠しているのです。

私たちは自分の体の全てを、休みなく外から守っています。そして全身を管理して健康を保つために、いつも血液を循環させているのです。眠っているときも、遊んでいるときもです。

生活しているときは、いつどのようなことが起こるか分かりません。転んでけがをしたり、虫に刺されたり、ばい菌やウイルスの感染を受けて発病することもあるでしょう。そのようなとき、そのままにしていたら被害が大きくなり、生命にも関わるから、初期の段階での応急対応が必要です。それはちょうど救急医療の働きと同じです。

そこで現場では、まず応急処置として、普段から活躍している血液を現場に送り込んで、抵抗力を落とさないようにします。さらに転んだようなときにできた傷には、たくさんの血液を送り込むので赤く腫れて、痛くて熱を持つことがあるでしょう。その場で起こる炎症です。

いずれも体が侵されたときの、救急車出動の様子です。その場所や程度、原因などによって、症状の程度はずいぶん違うけれど、炎症を起こすことによって全身で抵抗しているのです。

そこで、この原因に対しての治療があるし、対応があるけれど、炎症に対してはまずはその原因を鎮めることで、それによってその後の治癒を早めることにもなるでしょう。

健康百科

長引く「せき」と「たん」

「せき」は、多くの人に起こる呼吸器症状の一つです。「せき」を伴う感染症の中で、最も身近なのは「風邪」ですが、通常「せき」は1週間程度で治ります。それ以上「せき」が続く場合は、風邪以外の感染症の可能性があります。「せき」が長引く主な感染症としては、インフルエンザ、マイコプラズマ肺炎、百日ぜき、結核などがあります。

まず「インフルエンザ」ですが、1週間ぐらいの「せき」の他に38～40度の高熱や頭痛、関節・筋肉痛、全身の倦怠（けんたい）感などが現れます。

「マイコプラズマ肺炎」は、発作性の頑固な乾いた「せき」が2～3週間続きます。「たん」は伴いません。38度以上の高熱や関節痛や筋肉痛を伴うこともあります。

「百日ぜき」は、かつては子どもの病気といわれていましたが、最近は大人にも多く見られます。発作性の頑固な「せき」で、夜間に多く出ます。「せき」と共に、粘り気のある「たん」が出ます。

「結核」は、初期の症状は、「せき」「たん」の他、微熱、だるさなどですが、進行すると「血痰（たん）」が出ることもあります。

一方、感染症でなくて、「せき」が長引く病気に「せきぜんそく」があります。通常の「ぜんそく」は、発作時には、「せき」「ゼーゼーヒューヒュー」という「喘鳴（ぜんめい）」「息苦しさ」が出ますが、「せきぜんそく」では「せき」が出るだけで、他の症状は出ません。

従って、「せきぜんそく」の方は軽く受け止められがちですが、これを放っておくと、本物の「ぜんそく」に移行しやすいといわれています。「せき」が長引く場合は、呼吸器内科を受診して診断を受けてください。

山羊座（12・22～1・19） 行動力が高まる月です。どんどん活動範囲を広げてみて。前向きにチャレンジすれば、順調に進展していく気配