

## 子供に多い片頭痛

子供の頭痛に多いのは片頭痛です。発作が明け方から朝に起こると、学校に行きたがらないことから不登校と間違われることも少なくありません。全体的には頭痛発作の時間も短く軽症ですが、めまいや腹痛、吐き気など消化器症状が現れやすいのが特徴です。血糖値が下がると症状が出やすいため、子供に明け方の頭痛が起こりやすいのは、空腹が関係していることが多いと考えられています。朝ごはんをしっかり食べるくせをつけると予防できることもあります。



## 血液の成分「血小板」の役割

血小板の役割としては止血があげられますが、血液の役割は物質の運搬であり「血液は流れてこそ意味がある」ということを考えると、矛盾があるように思うかもしれません。細い血管はかなり脆(こ)いため、衝撃を受けるとすぐに裂けてしまい、血液が血管外に流出(出血)してしまいます。出血はからだの外で起こるだけでなく、からだの内部でも内出血というかたちで頻繁に起こっているのです。血管が破けると、まず先に出血を停止させるために、血小板が破綻部分に粘着し、これをふさぎます。続いて凝固系が働いて血液凝固が起こり、何日かかけて血管壁の修復を行います。修復が完了すると血栓は不要になりますから、今度は血栓を溶かして取り除く必要が生じます。不要となった血栓がいつまでも残っていると血流の邪魔になりますので、それを担っているのが線溶系です。このように血小板と凝固系、線溶系が連携して働くことで、血管の裂け目は修復され、血流が適切に保たれることになるのです。



## 全国の処方せん受付中

東北大学病院 国立仙台病院 市立病院  
東北公済病院 労災病院 開業医院など

## からだの冷えについて

「冷え症」は一般的に女性に多いといわれていますが、最近では、子供から男性まで冷え症に悩まされている人が増えています。体や手足の冷えを生じると、体が痛む、肩や腰にハリを感じる、なかなか寝つけないなどいろいろな症状になって現れます。

### 冷えの原因

**体質・体格**：熱エネルギーを産生する筋肉量が少ないと、症状が現れます(特に女性)。運動不足による筋肉の減少も影響します。また遺伝的要素も考えられます。

**自律神経**：体温調節は自律神経の働きによって制御されています。自律神経のバランスに乱れが生じると体温調節ができなくなります。

**生活習慣**：薄着、ハイヒール、体を締め付ける下着や衣類などは、寒さを感じ

知する働きが鈍くなります。また無理なダイエットや過度の冷暖房も原因となります。

**女性ホルモン**：女性ホルモン分泌に変動が起こることも原因となります。ホルモンは自律神経に影響を与えるため、月経前や更年期は冷えを感じやすくなります。

**疾患・疾病**：疾患により血液循環や新陳代謝が悪くなっていると、手足、体全体に冷えが生じます。(閉塞性動脈硬化症、甲状腺機能低下症、膠原病、糖尿病など)

