

咳を伴う主な疾患とは

●かぜ症候群：咳の原因として一番多く、出やすい症状のタイプも様々です。鼻水・のどの痛み・発熱と幅広いタイプの風邪に咳が伴います。風邪症候群の症状がなく、いきなり咳き込み始めるときは、かぜとは異なると考えられます。●百日咳：百日咳の特徴は、たんを伴わないでいきなり咳き込む(発作性の咳)ことで、激しい咳が長く続くため、エネルギーを奪っていきます。激しい咳の場合、子供も大人も咳き込んで吐くことがあります。●気管支喘息：ホコリやタバコなどの刺激が気道に付いた時、アレルギーで咳が起こります。小さい子供の多くは感染を伴っているため、ゼロゼロあるいはゴロゴロというたんを伴った咳になります。原因を避ける環境整備も大切です。●マイコプラズマ感染症：6歳以上の子供の長引く咳の原因のひとつです。マイコプラズマにより起こり、飛沫を吸い込むことによって感染します。肺炎や気管支炎などが多くみられます。高熱と長引く頑固な咳が特徴ですが、軽症の場合はかぜ症候群と同じような症状がみられます。



睡眠不足で起こる様々な不都合とは



なぜ起きていると眠くなるのか。起きていれば起きているほど脳に老廃物が溜まってくる。その老廃物に脳が反応し睡眠中枢から『少し休みなさい』という信号が脳全体に出されるから眠くなる。だから睡眠に問題が起こると、体の疲労、脳の疲労、心の疲労が現れます。睡眠不足を訴える人の多くは20~30代の若い世代で歳を重ねるほど減ってきます。気合いを入れていけば眠らなくても平気と良く言われますが、いくら気力が充実していても、ある程度眠っていないと、カバーできないことがわかってきました。また、睡眠不足は技術の習得にも影響を与えます。スポーツや楽器などの技や技術は、練習後眠ることで熟成され技能が上達することがわかっています。眠らないと上達しないのです。



目が球状に保たれている理由は

目の形状は、眼圧(目の硬さ)が一定であるために球体に保たれています。これは毛様体でつくられる房水が水晶体や角膜に栄養を補給して、隅角から流れ出ることにより一定量に保たれることで、眼圧が一定になっています。毛様体筋と瞳孔括約筋は、副交感神経の刺激により収縮します。毛様体筋の収縮は、房水の流出抵抗を少なくし、瞳孔括約筋が収縮すると、瞳孔も収縮し隅角が広がり、その結果房水が移動するので眼圧が低下します。風邪薬に配合されている抗ヒスタミン薬などの抗コリン製剤は副交感神経の抑制作用があるので眼圧を上昇させます。

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

<房水の流れ>

