健康相談Q&A

Q 四十歳の男子です。昼間の農作業などをしている時、ときどき軽い眩暈を起すことがあります。ほんの瞬間のことで、別に現在の処、支障はないのですが、先日なにかの本で読みましたところ　普段脳にゆく血行の量が少ない人は将来脳卒中や高血圧になりやすいとかで不安になりました。これからの健康管理で、どんなことに注意しなければならないかお教え下さい。現在身長百六十五センチ、体重七〇キロ、血圧は最高百二十五、最低九十、お酒毎日一合程度タバコは一日四〇本程度です。

A 脳の血流量を左右するおもな因子は、血圧と血管抵抗の二つです。ご質問のめまい感が脳血流量の減少によって発生したと仮定してお話しをすすめてみますと、この場合、何かのはずみで血圧が突然に下がったか、あるいは脳の血管が瞬間的に収縮したかとするのが普通の考えかたです。しかし実際にはもっと複雑な要素が組み合わさっているのです。一般論的にいえば脳の血管が動脈硬化などの理由で、ふだん血液を通しにくくなっていないかぎり、一時的に血圧がさがっても、脳血管は拡張して血液をより多く通そうと順応しますから、まず脳卒中を発生することはありません。いっぽう、脳動脈硬化がある程度進展している場合は、今までなんの自覚症状もなかったのに、突然に脳卒中を起すことがあります。その直接の引き金は血液のゆさぶりですが脳卒中を起すまでは、めまい感も頭痛もなんの自覚症状もなかったという場合が決っしてまれではないのです。つまり、めまい感があったからといって脳卒中を心配する必要がない反面、めまいもなにも自覚しないからといって脳卒中の危険を否定するわけにもいかないのです。要は脳動脈硬化の程度そのものが脳卒中を起こすか否かの根本的要因なので、この点を精密検査を含めた診察であきらかにしておく必要があるのです。ですから、今までそういった検査を受けていなければ、四十歳の男性であれば人間ドックにおはいりになることをおすすめいたします。体重については標準体重にくらべて肥満しておられます。同じ肥満でも血清脂質や糖代謝に異状があれば脳卒中や心筋硬塞を起しやすい場合がありますから、ぜひこの点の精査を受けて、今後の健康保持の為の生活プランを立てておく必要がありましょう。晩しゃく一合がよいか悪いかは、体の調子で決まるものですが、日本酒一合はごはん一ぜん以上の熱量を持っていますから、やせるためにはその分を食事から差し引いておく必要があります。たばこは百害あって一利なしでやめるにこしたことはありません。

現代の難病

ベーチェット病など19種

戦前戦後にかけての時代には、難病としては、結核や脚気がこれに該当しました。現在の社会通念からすれば、もはや難病といえなくなっているのは、ご存じの通り。

かわって現代の難病とは―。厚生省は昭和五十一年七月に難病対策で新しい方向ずけをしたばかりそのうちの特定疾患を中心に、難病あれこれをお知らせします。

〔難病とは〕厚生省が四十七年度に対策としてとりあげたとき要綱の中で疾患の範囲を次のように整理しています。

①原因不明、治療方法が未確立であって後遺症を残す恐れが少なくない疾患②経過が慢性で、単に経済的問題のみならず、介護などに著しい人手を要し、家族の負担が重く、精神的にも負担の大きい疾患。①は、医学的な面で難病としてとらえたものであり、②は社会的な面から、患者のおかれている状態に着目したものと考えられます。もっとも、多くの対象疾患は、この両面をもつものが多いといえます。

〔対策〕医学的な調査研究と、患者の為の治療研究が二本柱。前者は疾患別およびテーマ別に専門家による研究班がつくられ、原因、治療法を確立していこうというもの。後者は、具体的には治療費が公費負担の対象となる疾患です。

対象となる疾患は全部で19疾患あり、いずれも原因不明の高熱、炎症、視力障害、マヒなどの慢性症状を呈し、死亡する例も多く、現在の医学でも、はっきりした治療法がつかめないのが現状であり全国で推定患者が七万～八万人いるともいわれています。

19疾患には次のものがある。

ベーチェット病、多発性硬化症、重症筋無力症、全身性エリテマトーデス、スモン、再性不良貧血、サルコイドーシス、筋い縮性側索硬化症、強皮症、皮ふ筋炎及び多発性筋炎、特発性血小板減少性紫斑病、結節性動脈周囲炎、潰瘍性大腸炎、大動脈炎症候群、ビュルガー病、天疱瘡、脊髄小脳変性症クローン病、劇症肝炎、以上、治療研究のための特定疾患にかかった場合は、もよりの保健所へ「特定疾患医療受給者交付申請書」を提出し、知事が対象患者と認定したうえで「特定疾患医療受給者票」が交付されますので、医療機関に、この受給者票と保険証を提示すれば、医療費は無料になります。

受給者票の有効期間は六ヶ月間で、それ以上長びく時は更新の手続きが必要です。

◎◎◎◎◎◎◎◎ガス中毒に御用心

寒さがきびしくなると、ガスストーブや、石油ストーブなどを使う家庭が多くなります。火災の恐しさは別として、もう一つ恐しいものがあります。石油ストーブ等の不完全燃焼から起る一酸化炭素中毒です。一酸化炭素の毒性は、きわめて強く、四万分の一の一酸化炭素を含んだ空気を呼吸していると、はげしい頭痛を起し、百分の一になると二分以内に死亡するといわれるほど恐しいものです。

一酸化炭素は血液中の酸素を運ぶ役目をするヘモグロビンと結合し、身体各部に酸素を送るのを阻害する為に、中毒症状を起すわけです。しめきった室での、長時間の使用は危険であり、時々、窓をあけて外気を充分とりいれ、事故を未然に防止しましょう。