



東陽病院
内科医師
宇野史洋

健康ウォッチング

⑪

横芝町の皆さん、こんにちは。今回は前回の続きで、血液を介して伝染するB型・C型肝炎のお話です。まずは、共通の話題から。

血液感染は恐れるに

血液感染とは、ウイルスが口や鼻から体に入っても大丈夫（大量に入れば危ない）時もある）ですが、血管に入ると感染するという事です。つまり、肝炎の人の血液に接触しなければ感染しません。感染しても肝炎にならない人もいて、キャリア（ウイルスを運ぶ人という意味）といえます。B型もC型もキャリアの人はそれぞれ約200万人いて、治療が問題となっています。普通キャリアは無症状で、検診などで肝機能異常を指摘されて見つかります。放置すると、20〜30年を経て肝硬変や肝臓癌になり易くなるので注意が必要です。何故キャリアになるのでしょうか？一番多いのが輸血です。（以前はウイルスを調べる方法がなかった為。現在

足らず！

は安心です。赤くない血液成分（血漿や血友病の治療用血液製剤など）でも同様に感染しました。出産時に母親から子供に感染することもあります。入れ墨や戦後はやった覚醒剤自己注射は危険度大。その他、現在は安全ですが、昔の予防接種やピアス針、針治療、理髪店のヒゲ剃り用ナイフなどで感染した例があります。B型肝炎は研究が進んでいて、ワクチンも開発されています。急性肝炎はA型と同様に治療しますが、問題はHBs抗原陽性のキャリアで、無症状なのに感染力が強くやがて肝硬変になる危険があり、ステロイドやインターフェロン療法の適応となります。新しい内服薬も開発されていますから、詳しいことは病院で御相談頂きたいと思います。

キャリアで、肝硬変に移行しやすい病気ですが、インターフェロンで治療の道が開かれました。治癒率は3割程度ですが、今まではなすすべの無かったこの病気に治療法が見つかったのですから、一度は試みてほしいと思います。尚、アルコールはC型肝炎を悪化させます。禁酒しないと、やがて……これも、詳しくは病院で。

血液感染といっても、エイズとは違って治療法があり、きちんと治療すれば心配ありません。また、日常生活で感染することはまずあり得ません。くどいようですが、血液に触らなければ大丈夫。多くのキャリアの人がこの病気に対する社会的な偏見に悩んでいます。正しい知識を持って、温かくそして一緒にこの病気を考えて頂きたいと思います。



暮らしのワザポイント ⑮

ワイシャツのアイロンのかけ方 バスタオルを小道具に

アイロンがけは、ワイシャツのアイロンが上手にかけられるようになって一人前といわれますが、そのポイントが、襟、そで口、肩山のかけ方にあります。それぞれのコツを、紹介します。



ワイシャツのアイロンがけで一番難しいのは、襟といっているでしょう。襟の縫い目などにシワをつくらぬために、まず襟全体に霧を吹いて襟の裏側からアイロンを六分通りかけましょう。このとき、片手で縫い目を強く引張り、アイロンがけをします。こうすると、生地がピンとなり、表側がかけやすくなります。

仕上げは表側で、ワイシャツを表面返してアイロンをかけます。このとき、襟先のほうから襟の中心にむかい、アイロンの先を使ってプレスします。逆に襟先のほうにむけてアイロンをかけると、縫い目にたるみが出たり、表にゆがみがでたりします。

そで口のアイロンかけは、最初にそで口を手を入れてそで幅を広げ、カフスの裏側を七分通りかけます。その後ワイシャツを表にし、そで全体にアイロンを

かけます。このとき、生地が折り重った下側にシワがつかないように注意しましょう。

肩山をアイロンがけするとき、裏側にバスタオルを二つ折にしてあてがうのがポイント。そして、肩から襟にむかってアイロンをかけます。こうすると、シワはできません。

色の濃いワイシャツの場合、アイロンをかけた後、生地が光ることがあります。アイロンの温度が高すぎるのが原因ですが、水で二倍に薄めた酢を布に含ませ、光っているところをふき、当て布をして、もう一度アイロンをかけると光っているのが目立たなくなります。