



東陽病院
内科医師
鈴木健士

健康ウォッチング

25

横芝町の皆さんこんにちは。今回は予定を変更させていただき、番外編として最近よく耳にするエイズについてお話します。

エイズはこわい病気だといわれますが、なぜそんなにこわいのでしょうか。理由は簡単で現在有効な治療が見つかっていないからです。かつて天然痘、ペスト、日本では結核などのおそろしい病気により多くの被害がありました。それらの病気を克服する上で重要なことはその病気のことを一般の人がよく知ることだと思えます。難しい治療法は研究所の偉い先生方におまかせして、まずはどんな病気かどうか予防したらよいかを理解して下さい。

エイズとはウイルスによって体の免疫力(病原菌をやっつける力)が低下する病気です。ですから普通の状態ではかからない弱い菌で病気になったり、重症になったりしま

AIDSについて

す。エイズはウイルスが体の中に入ってきて病気が始まるまでにある程度期間がありますが、一度発病すると治療は困難です。ではどうしたらエイズを予防出来るでしょうか。ワクチンなどは現在ありませんから、ウイルスをもらわないことが重要です。エイズウイルスは血液、体液を介して体に入ってきますからそのものを絶てばいいわけです。ひとつには輸血などの血液製剤です。現在の血液製剤ではきちんと検査が行われていますので今後は輸血による感染の危険はかなり低いと言えるでしょう。

もうひとつは性行為(セックス)です。同性愛者のセックスが問題視されましたが、男女間のセックスでも感染はあります。多数の相手とセックスをすることは大変危険です。アメリカではフリーセックスを止めると言っても無駄だと考え、牧師さんが彼らの神聖な場といえる教会でコンドームを配り、病気の予防の重

要性を訴えるなど、危機迫る対応をしています。そしてこれはもはや外国の話ではなく現在の日本でも同様なのです。そして最後に重要なこととして、この病気が空気や普通の接触ではうつることはありません。同じ鍋をついたり、一緒のお風呂に入ったり、キスをしてても何の問題もありません。患者さんには不幸にしてウイルスをもらってしまった被害者なのです。病気を知らないばかりに偏見を持つたり、差別を受けるようなことがあっては絶対いけないのです。むしろ周囲の人達が温かく支援するようにしなければと思います。

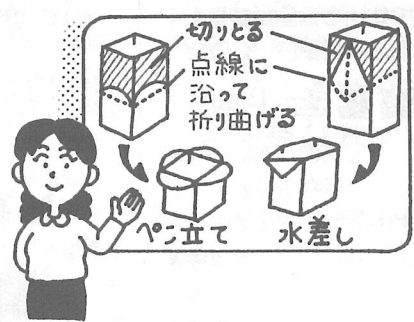
この病気がウイルスの感染する経路ははっきりわかっており、空気感染などはありません。ひとりひとりの自覚で予防出来る病気です。治療法もきつと近い将来に見つかるでしょう。他の病気の時もそうであったように人間の叡智は必ずこの病気を克服すると私は信じています。



牛乳パックで小物を作る

簡単にできるペン立てと水差し

牛乳パックで、ペン立てや水差しなどを作ってみませんか。飲み終わった牛乳パックの中をよく洗って、口を下にして乾かします。カッターナイフとハサミを用意してください。左のように切り取り、折り曲げればいいのです。簡単にできるので、作ってみてください。



牛乳パックは、防水加工がされています。このため、作ったペン立てや水差しに絵を描くときには、絵の具がはじかれて色が塗れません。油性のフェルトペンが一番いいでしょう。水性塗料は色が塗れますが、水に濡

れると落ちてしまいます。乾きの速いニスを上塗りすれば、水をはじいて色落ちしません。箱紙を作ることもできます。箱を切り開いて鍋に入れ、柔らかくなるまで煮詰めて防水加工をはがします。その後、小さくちぎり、不要のミキサーに水を十分に加えて、十〜十五分かくはんします。

これを水切りかごに入れ、上から水を流します。水切りかごより目の細かいザルで受けたものが、紙の原料となります。木枠に料理に使う裏ごし程度に目の細かい金網をはさみ、すき枠を作ります。これに紙の原料を入れ、水を張ったおけの中で軽く揺すり、一定の厚さになったら静かに持ち上げて水を切りま

す。木枠を外し、平らな板かガラスの上に湿らせたガーゼを敷き、金網ごと紙の原料を移します。その上にきれいなぞうきんをのせます。押しつけながら水分をとると、金網からはがしやすくなります。日の当たる所で半日ほど自然乾燥させれば、手すきサイズの出来上がりです。はがきもいいですね。