

ほけんだよい 2月

神明中保健室(海谷美子代)

① 2月の別名に梅見月があります。梅は厳しい寒さの後、春を告げる花です。今年で4年目の令和もそんな梅の花のように一人ひとりが大きな花を咲かせられますようにと願って付けられました。まだ芽が見えず、落ち葉が毎日ですが、華やかな花が咲くことを信じてみんなで乗り越えていきましょう。

オミクロン…弱毒とあばれないと理由

1月22日には東京都の新規感染者が1万人を越えてしましましたが、「コロナはこれまで弱毒化していくフレンザ、風邪と見分けがつかない症状になっていく」という話を耳にすることあります。ただし、かぜやインフルエンザの場合、かぜの後遺症がひどくて…とか「インフルエンザの後遺症が何年も続いて苦しんでいる…」などとは聞いたことがないと思います。コロナの場合、細胞を再起不能にして、後遺症を残す”ということが問題なのです。

今回のオミクロン株で代表的な後遺症としてアレンジがあります。これは脳の神経細胞がうまく動かなくなり脳に霧がかかり、T状態になると

- ① 頭がさえない
- ② 集中することができない
- ③ 物事を覚えたり、思い出すことができない
- ④ 考えるのが遅く、言葉をつづけるのが苦労する

などがあります。感染者が多いということは、後遺症を発症する人が増えているに配が残されてしまうのです。(引用JBpress 1/4)



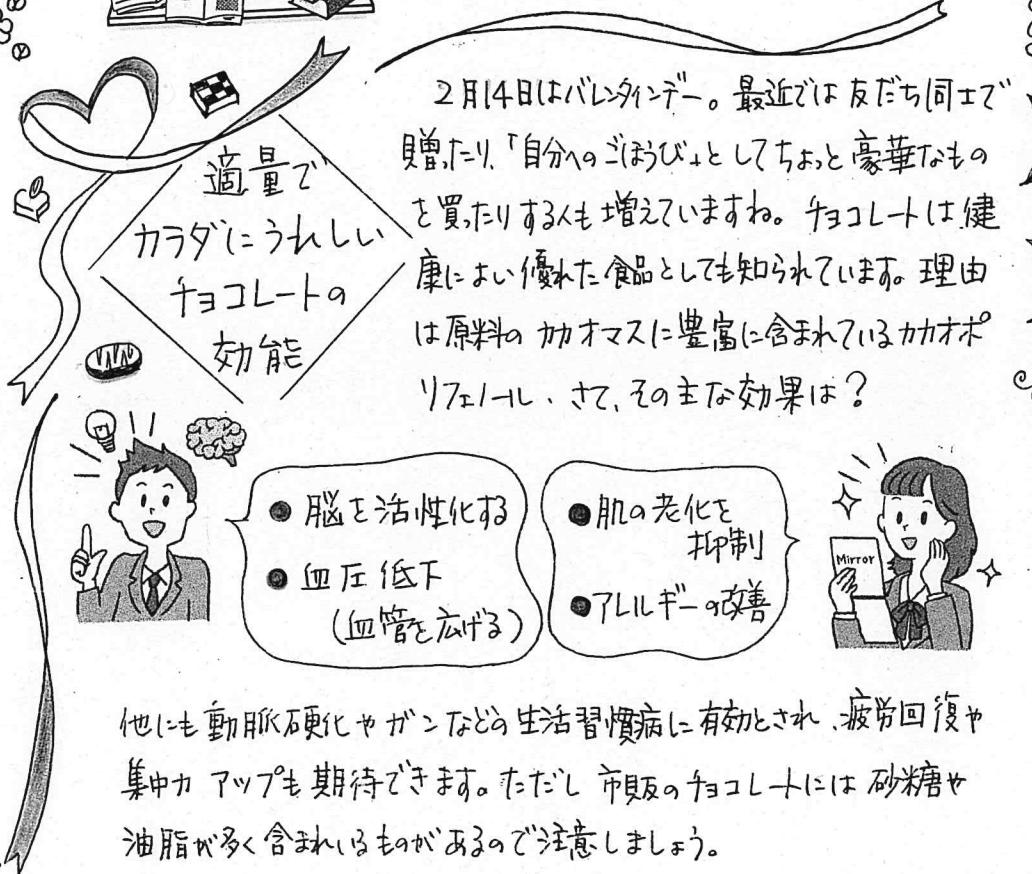
R4.2.1



病気になると病気いかかると言いますが、かぜの時だけ「ひく」と言うのはなぜでしょう?

古の中国では「かぜ」といはれていたとき「悪い空気(風)が体に入ると状態だ」と考られていました。この悪い空気のことを「邪氣」と言い、体の中に

邪氣を引き込む、という表現から、他の病気のほうは「かかる」ではなく「引く(ひく)」といわれます。ちなみに「かぜ」のことを「風邪」と書くのは、この説が生としないでいるのです。まだまだ寒い冬。悪いのを引き込まないよううがい、手洗いでブロック!



2月14日はバレンタイン。最近では友だち同士で贈ったり、「自分のおびととしてちょっと豪華なものを買ったりする人も増えていますね。チョコレートは健康にいい優れた食品としても知られています。理由は原料のカカオマスに豊富に含まれているカカオポリフェノール、さて、その主な効果は?

大事にしたい…顔と合わせての“対話”

情報処理がますます飛躍しつゝ日常の中で「まばたな形で活かされているパソコンやスマートメールやSNSは多くの人にとて不可欠なツールになっています。しかしこの便利さゆえに「依存」し、本来は直接会て話した方がよいこともメールやSNSでさせてしまったり…でも本当に相手に伝えたい事が正しく伝わっているのでしょうか? 相手とのかけ離れた、とくに違和感から誤解や誤認につながり、さらに大きな問題を生んでしまうこともあります。

いつでもどこでも誰とでもコミュニケーションができる時代だからこそ直接会てお互いの顔を見て話す心がしかり通じ合う“対話”を大切にしていきたいですね

寒い季節注意

大腸菌などの細菌が尿道から尿をためておく袋状の臓器(膀胱)に入り増殖すると膀胱炎という病気になります。膀胱炎になると何度もトイレに行かなければならず、おしゃべる時に痛みを感じたり、全部出でていった感じが残ります。早く治療を始めれば数日薬を飲むだけで治りますが、ひどくなると高熱がぶり、入院が必要になることもあります。おやしいと感じたら、早めに受診しましょう。



