



子どもの健康と高齢者の健康



小さい子どもや高齢者は感染症に対して抵抗力が弱いといわれています。「抵抗力」は気軽に使われていますが、使う人や状況によって意味が異なります。麻疹や風疹に対して抵抗力がない、弱いというときの抵抗力は、麻疹や風疹に対する特別な抵抗力（専門的に獲得免疫と言います。抗体は獲得免疫の一種です）を意味して使っています。

糖尿病の人は抵抗力が弱いといった時の抵抗力は何でしょう。血糖が高いと細菌を食べて殺す好中球の機能が低下し、細菌感染症に弱くなります。糖尿病のコントロールが悪く、神経が弱ると痛みを感じなくなります。この結果、皮膚に細菌が感染しても痛みを感じないため、感染した部位が広がってから気が付いたりします。このような場合の抵抗力は、生まれつき持っている抵抗力（自然免疫）を意味しています。

この自然免疫と獲得免疫を併せたものが、いわゆる「抵抗力」というものです。自然免疫には、皮膚や粘膜のバリアー機能、好中球の細菌を食べて殺す機能（貪食能、殺菌能）、外から入った異物を認識する細胞（マクロファージ系細胞）の機能、痰を出すための咳をする機能、尿や便を出すための膀胱や直腸の機能、病気を起こす細菌が増えないようにする咽頭細菌叢や腸内細菌叢のバランスなどが含まれます。

子どもは、お母さんからもらった抗体がなくなると、すべて自分で作っていかねばなりません。力が弱いために咳をする力も弱いですし、尿や便も上手にコントロールすることができません。抵抗力が弱い子どもに強いウイルスや細菌が感染すると、病気が重くなります。

ます。病気が重たくならないようにと開発されたのがワクチンです。

高齢になると咳をする力が弱くなり、抗体を作る力も低下してきます。食べたものを飲み込む技術も落ちてきます。結果として、高齢になると肺炎にかかりやすくなります。特にインフルエンザに罹った時が要注意です。

重症児の抵抗力はどうでしょう？筋肉の力が弱い子どもが多いです。背骨が曲がっているために肺の動きが悪い部位がある子どももいるでしょう。口が上手にあげられないために口腔ケアも難しいでしょう。体に力が入りすぎると、食べたものが食道へ逆流することもあるでしょう。これらはいずれも肺炎を起こしやすい要因になっています。

重症児の肺炎を予防するために、5病棟では口腔ケアと呼吸器リハビリテーションを行っています。重症児の保護者の皆さん、お子さんもいかがですか？5病棟に入院している人たちの協力で、以前から言われていた右側臥位よりも左側臥位の方が、食べたものが通りやすいことがわかってきました。肺炎を予防するためにも、その子に合った食べやすい体位で食べることをお勧めします。

いよいよ今年もインフルエンザシーズンを迎えます。



インフルエンザ予防の第一歩はインフルエンザワクチンを受けることです。子どもだけではなく、子どもにうつさないために子どもをケアする人はすべて受けてください。

よろしくお祈りします。

（院長 庵原 俊昭）

「糖尿病教室」10月はお休みさせていただきます。

三重病院外来は、「待ち時間」短縮に努めておりますが、なかなかゼロにはなりません。そこで、こんな工夫をしてみました。待ち時間にご利用ください。



〈勉強機の設置〉

お子さまの宿題や勉強に利用していただいています。また、三重病院の玄関で見つけた、ノコギリクワガタがマスコットとして机の上で和ませてくれています。



〈雑誌・本のコーナーの設置〉

数多くはありませんが旅行や服飾雑誌、園芸の切り抜きなどを置いてあり、お母様方に利用していただいています。

（外来看護師 樋口 みち子）