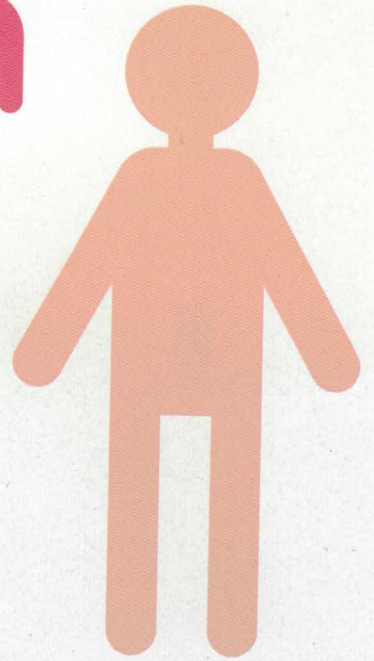


臓器のはなし



今月は 風邪と臓器①

免疫力を高める生活習慣が大事

ウイルスは多種で形が異なり
特效薬がつかれない

風邪は、病原体(病気の原因となる微生物)ウイルスによる感染症の一つ。ウイルスが粘膜に付着して感染し炎症を起こし、くしゃみ、鼻水、鼻づまり、のどの痛み、咳、発熱といった症状になります。それらをまとめて「風邪症候群」と呼びます。

昔から「風邪の特效薬を開発したら、ノーベル賞を取れる!」と言われてきました。薬局や病院の風邪薬は、鼻水を止めるためや熱さまし、咳止めの薬。根本から治す薬は今のところないのです。風邪ウイルスはたくさんあり、しかも形が異なります。原因となるウイルスがたくさんあり過ぎて特定できないため、特效薬がつかれないのです。

またインフルエンザは、急激に熱が出るという特有の症状をもつ、風邪症候群の一種、流行性感冒とも言われ、インフルエンザウイルスが原因で発症します。ウイルスの形も変化しますが、ある程度その形がわかっているため、インフルエンザに特化したワクチン(薬液)をつくれて、私たちは予防接種が受けられるのです。

リンパ節が膨らむのは 重度の風邪のサイン

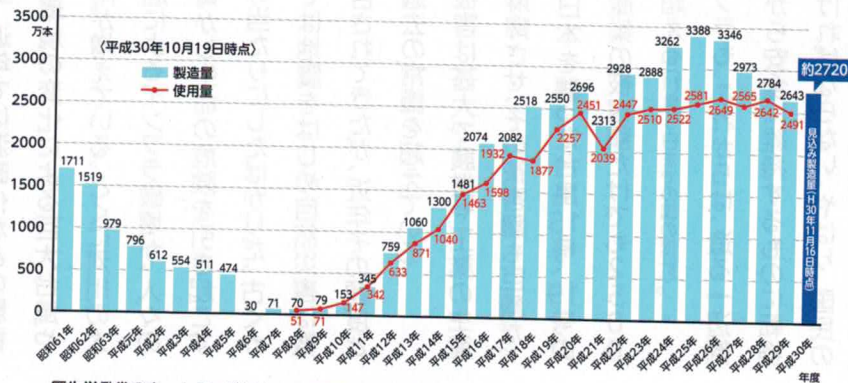
同じ環境でも、風邪をひきやすい人とそうでない人がいます。その違いは、おそらく免疫力(ウイルスに対する抵抗力)の差が理由でしょう。

日頃の生活習慣も、免疫力に大きな影響を及ぼします。夜ふかしせず十分な睡眠時間を確保しバランスよくしっかりと食べるなど、免疫力が落ちない生活習慣が重要です。そういう意味では、風邪も生活習慣病と言えるのではないのでしょうか。

風邪と関わりのある臓器に、リンパ節があります。免疫系(異物や危険な侵入物から体を守る働きをする)の臓器には扁桃腺、胸腺、脾臓などありますが、それらのような大きなものではなく、数ミリ程度の小さな臓器で、体のいたるところに存在します。白血球の中の免疫細胞の一部「樹状細胞から」ウイルスや細菌が体内に侵入したと指令が入ると、それらの病原体に感染した細胞を攻撃するための抗体をつくり出すリンパ球(白血球の一種)がどんどん増えます。

首のリンパ節が腫れるなどの炎症が起こるのは、リンパ球がウイルスと戦っている証拠。先にウイルスを通さないための防波堤的な役割を担っています。軽い風邪ならその症状は出ませんが、もし腫れてきたら、それだけ重いと認識していただく。

インフルエンザワクチンの 製造量と使用量の推移



厚生労働省のホームページより ※1 平成7年以前の使用量は不明

監修

浅海 直
あさうみ すなお

(医療法人社団
平成医会 産業医)



1993年千葉大学医学部卒。2007年12月まで松戸市立福祉医療センター東松戸病院(内科副部長)、2008年1月より板橋区役所前診療所に勤務。専門分野は糖尿病、脂質異常症、甲状腺疾患等の代謝・内分泌疾患および老年医学。