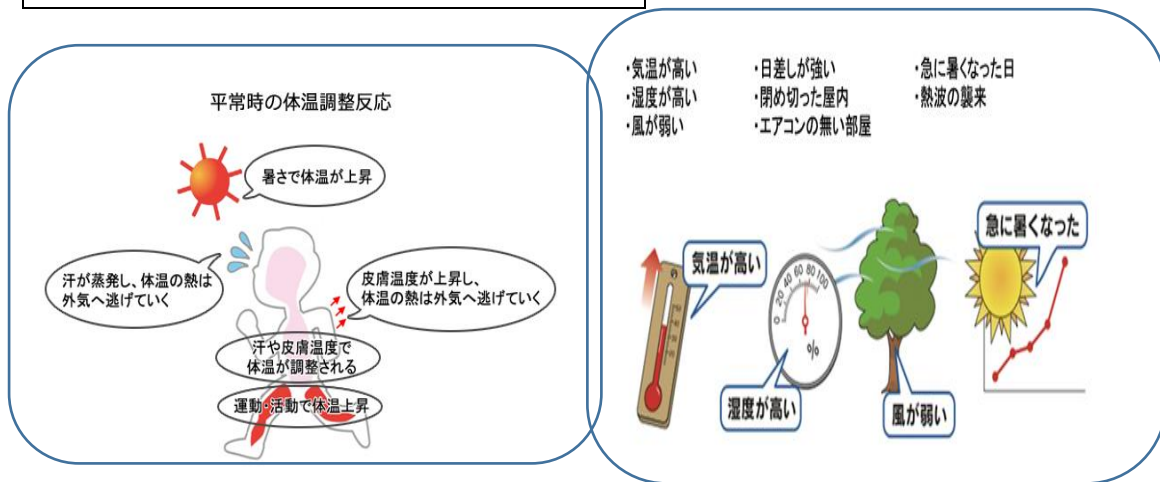


今号のテーマは「熱中症」。すでに危険性は高まっています。予防等について復習しましょう。

『環境省熱中症予防情報サイト <https://www.wbgt.env.go.jp/heatillness.php>』より

\*\*\*\*\*

## 熱中症はどのようにして起こる？ 「環境」と「からだ」と「行動」



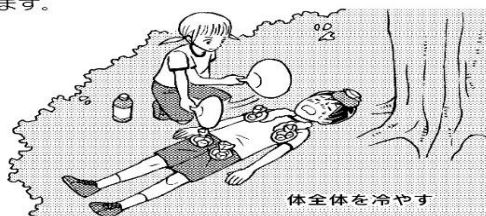
○徐々に身体を暑さに慣らしましょう。 ○体調が悪いとき、寝不足のときなどは特に注意しましょう。

### 熱中症の応急手当

熱中症が疑われる人がいた場合は、まずは涼しい場所に移動させ、水分と塩分を補給します。具合が悪そうな場合、声をかけても返事がない場合は、大人の人に声をかけ、救急車を呼んでもらいます。応急手当として、ぬれたタオルで首元やわきの下を冷やしたり、うちわで風を送ったりして、体全体を冷やします。



水分・塩分を補給



体全体を冷やす

©少年写真新聞社2023

### ★ちょっと小耳に★

### 鼻をほじると認知症になる！？

鼻をほじっていると、病気になるからやめなさいと

注意されたことはありませんか？最近「鼻から入った細菌が原因でアルツハイマー型認知症になる」という研究結果が発表され、注目を浴びています。オーストラリアのグリフィス大学の研究チームは、アルツハイマー型認知症の患者の脳には高い確率で肺炎クラミジアが見られるという報告をもとに、肺炎クラミジアをマウスの鼻腔に塗りつけ、この細菌がアルツハイマー型認知症の原因かどうかを調べた結果、鼻腔に付着した肺炎クラミジアは、マウスの「嗅神経」を伝って脳に侵入し、鼻粘膜に感染してから 24~72 時間以内に脳への感染が起っていました。肺炎クラミジアに感染したマウスの脳細胞は、感染症に反応してアミロイドβという成分を放出し脳組織に沈着させ始めたのです。このアミロイドβはアルツハイマー型認知症の症状に関係が深いと信じられているタンパク質の塊のようなものです。この物質が神経細胞の外側に沈着すると、神経細胞が自殺して壊れ、記憶力や認知力が低下していくといわれています。この現象は、特に鼻の内部組織が傷ついている場合によりはっきり見られました。アルツハイマーの原因となる細菌は、傷ついた鼻粘膜から脳に達し、アルツハイマーの原因をつくった！

一鼻をほじると「アルツハイマー型認知症」が高まる事が判明…ウイルスが“脳に入り込む”メカニズムの「意外な盲点」一より