

平成25年03月31日ラジオ番組内容

101. 『突然死につながる「危険な腰痛」』

腰痛持ちの人が身近にいて、ぎっくり腰や慢性腰痛を訴えても、私などは「ああ、また腰なんだね」と思ってしまいそうです。

しかし、腰痛の背景には血管の異変が隠れていて、見逃すと突然死につながることもあるというのにはびっくりしますよね。

その異変とは「大動脈解離」と「腹部大動脈瘤」。

いずれも胴体部分にハテナのような形をして通っている大きい動脈で、ここに異変が起こることによって腰痛が発生します。

ぎっくり腰のような痛みが発生する「大動脈解離」とは、血管の内側の膜が裂けてはがれるのです。

引き裂かれるような痛みが特徴。ぎっくり腰と間違えて受診が遅れると、命を落とすケースも。痛みは背中や胸に起こることもある。

慢性腰痛のような痛みが発生する「腹部大動脈瘤」とは、大動脈にコブができて徐々に大きく膨らんでいきます。

悪化するまでは無症状なのです。

腰に痛みが生じたときには、血管が破裂寸前だったり炎症が起きている状態になっていることもあります。

このような、腰痛を見抜くポイントは「横になっても楽にならない」ということだそうです。

どんな姿勢をとっても痛い場合や、時間とともに痛みが強くなるといったときは専門医に受診した方が安心ですね。

また、腰痛の背景として病気が隠れていることもあるのです。

例えば、膵炎、がん、尿路結石、腎結石、椎体骨折など。

安静にしていても痛みが出ることが多いのです。

今年の花粉飛散量は昨年より3倍以上（日本気象協会）だそうです。

アレルギー疾患を抱えている人は約2人に1人とされています。

ホコリやダニ、タンパク質など、あらゆるものがアレルゲンとなる

可能性があります。症状は、じんましんやかゆみ、吐き気、腹痛、

呼吸困難などで、死に至ることも・・・

まず、アレルギー検査で自分のアレルギーを知っておくのが一番の

防衛策です。血液中のIgEというアレルギーに反応する物質が、ど

のような物質に反応するかを調べる。

反応の強さは 6 段階。数字が多いほど症状が出る可能性大きくなります。

アレルギー検査を行った患者さんが、

カビアレルギー、ダニアレルギー、スギ花粉アレルギーが判明。

ヨーグルトを食べて腸内バランスを改善するのも効果的です。

花粉対策のマスクの使用方法について

花粉粒子が雨の水分を吸うことにより「破裂してさらに細かい粒子になる」という注目の研究結果が紹介されました。

雨の日の翌日は、マスクをぴったりフィットさせ、目をガードするなどさらに厳重な対策を行いたいですね。

市販のマスクの花粉カット効果とは？

花粉粒子の直径はウイルスの 100 倍以上。

花粉粒子だけを防ぐためであれば市販のマスクで十分に有効です。