

# まぶたのできもの —ものもらい—

一般的に、まぶたのできもののことを『ものもらい』とよびます。

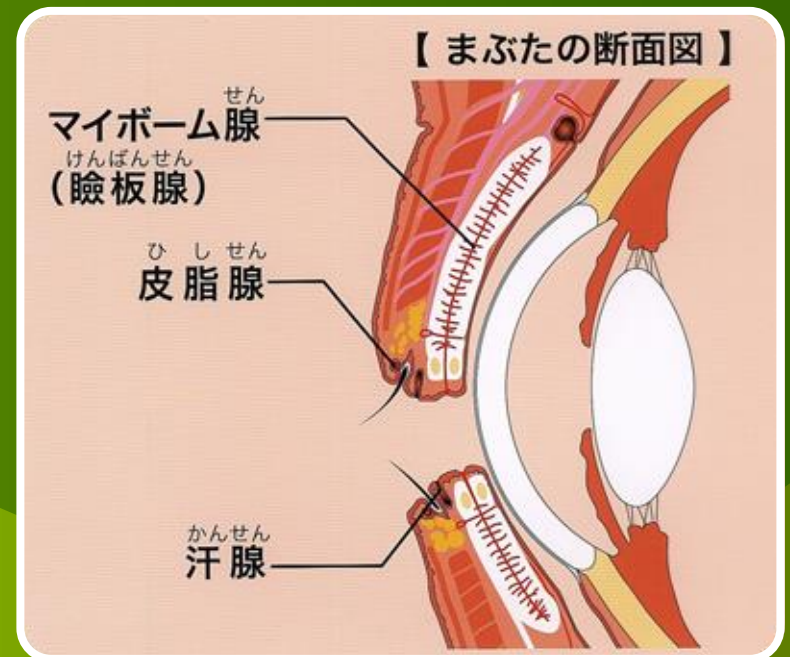
これは、「麦粒腫（ばくりゅうしゅ）」と「霰粒腫（さんりゅうしゅ）」という2種類の病気を合わせた総称で、原因や症状が異なります。



# 麦粒腫（ばくりゅうしゅ）

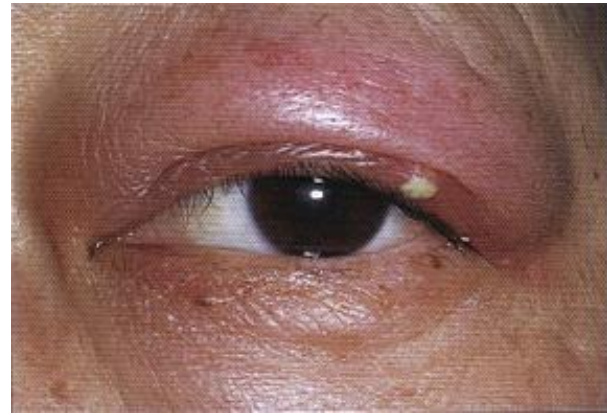
麦粒腫（ばくりゅうしゅ）は、まぶたの皮脂腺や汗腺に細菌が感染して起こります。

まぶたが赤く腫れ、まばたきをした時などに痛みがあります。



# 麦粒腫 (ばくりゅうしゅ)

これが麦粒腫です



写真提供：九州大学大学院眼科学分野 助教 吉川 洋

## 麦粒腫（ばくりゅうしゅ）の治療

細菌感染で起こるため、治療には  
抗菌薬の点眼薬や眼軟膏、内服薬を  
症状に応じて使用します。

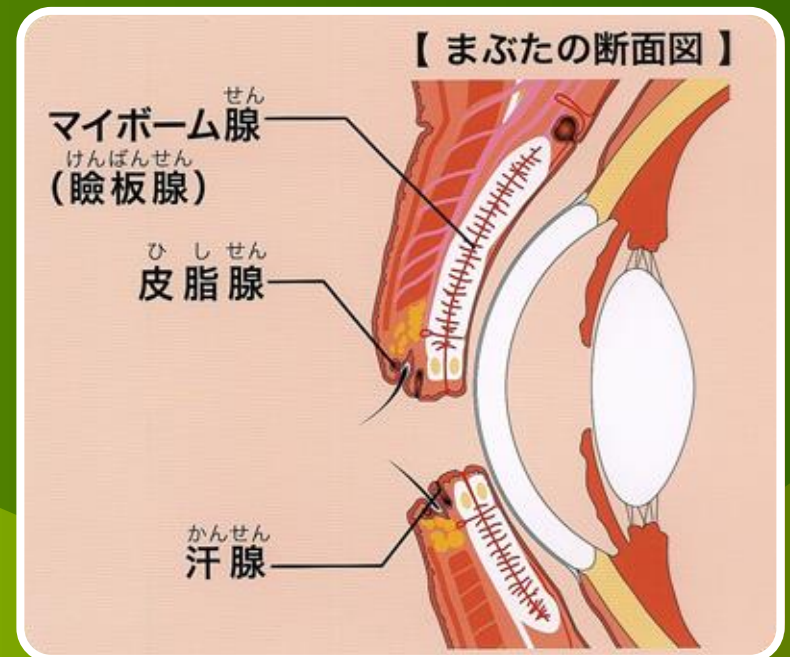
膿点（化膿したところ）が形成  
された場合は、外科的治療で  
うみを出す必要のあることもあり  
ますが、これは稀です。



# 霰粒腫（さんりゅうしゅ）

「霰粒腫（さんりゅうしゅ）」は、マイボーム腺がつまって、まぶたにしこりができる病気です。

しこりだけなら痛みはありませんが、そこに細菌が感染して悪化すると痛みを伴います。



# 霰粒腫（さんりゅうしゅ）

これが霰粒腫です



写真提供：九州大学大学院眼科学分野 助教 吉川 洋

## 霰粒腫（さんりゅうしゅ）の治療

細菌感染防止目的で抗生物質や抗炎症剤の点眼を行って様子を見ながら、自然治癒を待ちます。

しこりが大きい場合や炎症を起こして激しい痛みを伴う場合は外科的に切開して内容物を出します。

## 今月のコラム マイコプラズマ肺炎

マイコプラズマ肺炎は、「肺炎マイコプラズマ」という細菌に感染することによって起こる呼吸器感染症です。





## 今月のコラム マイコプラズマ肺炎

感染力はそれほど強くないのでインフルエンザのように爆発的な流行はしません。

しかし、潜伏期間が2～3週間と長いので、その間に幼稚園や学校といった密度の濃い接触がある場所において感染者が増え、小流行が起こると言われています。

## 今月のコラム マイコプラズマ肺炎

マイコプラズマ肺炎は、長引く咳と発熱が特徴です。

また、肺炎でありながら聴診器で呼吸音を聞いても雑音がしないことも特徴です。

初期は普通の風邪と区別をつけづらく早期診断が難しい病気です。



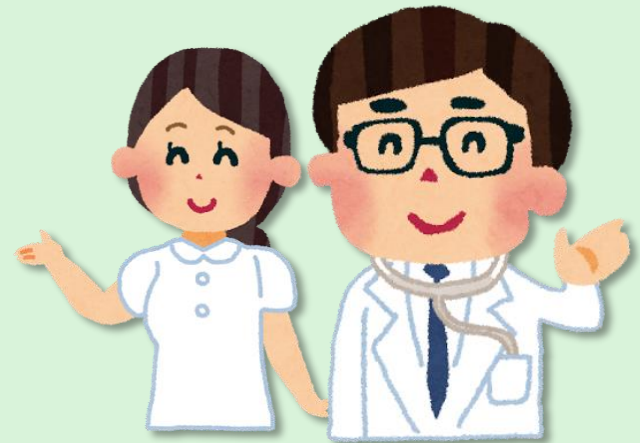
## 今月のコラム マイコプラズマ肺炎

風邪に似た症状なので、風邪が長引いているだけと自己判断して治療が遅れると重症化し、気管支喘息や脳炎、中耳炎といった合併症を引き起こす場合があります。



## 今月のコラム マイコプラズマ肺炎

重症化を防ぐためだけでなく、周りへの感染拡大を防ぐためにも、発熱や咳が続く場合は、早めに医療機関を受診することをおすすめします。



# — 今月のレシピ —

## — あんとじ肉豆腐 —

### 材料 (2人分)

木綿豆腐 . . . . . 1丁

牛切り落とし肉 . . . . . 150g

しょうが (小) . . . . . 1 / 2片

ねぎ (緑) . . . . . 50g

だし汁 . . . . . 2カップ

### 【調味料】

しょうゆ . . . . . 大さじ2

さとう . . . . . 小さじ2


みりん . . . . . 大さじ2

酒 . . . . . 大さじ2

### 【A】

片栗粉 . . . . . 大さじ2

水 . . . . . 大さじ2

 つくり方

「畑の肉」とよばれる大豆から作られる豆腐には良質のたんぱく質がたっぷりと含まれています。

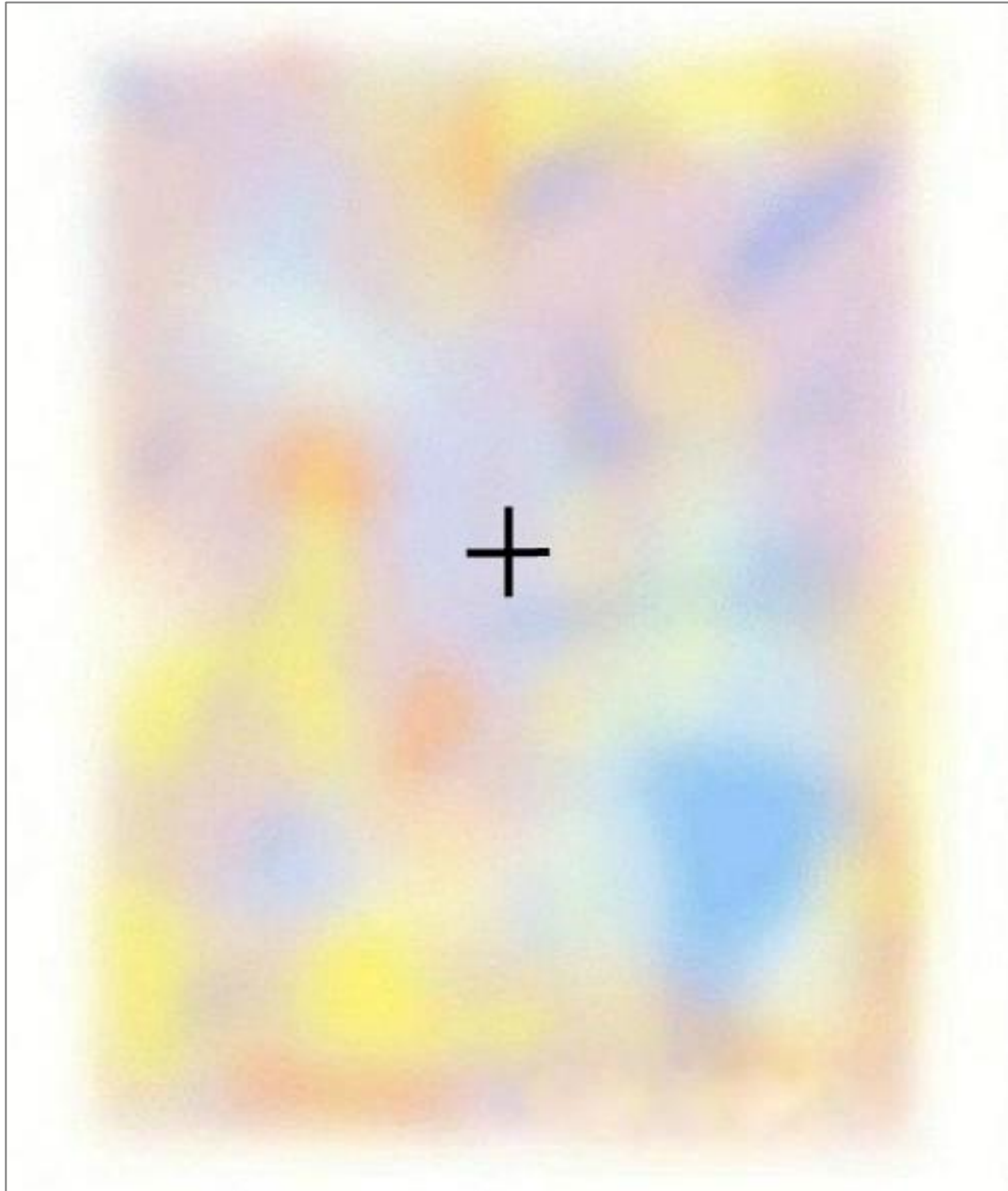
1. 豆腐は6等分に切る。しょうがはせん切りにする。ねぎは輪切りにする。  
【A】を混ぜ合わせて水溶き片栗粉を作っておく。
2. フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、牛肉を入れて炒める。肉の色が変わったらしょうがを入れてさっと炒める。
3. 【2】に酒とだし汁を加え、煮立ったら弱火にしてアクを取り、みりん、さとう、しょうゆを加えて軽く混ぜ、ふたをして5分煮る。
4. ふたを取り、豆腐とねぎを加えてさっと混ぜ、3分ほど煮る。いったん火を止め、水溶き片栗粉を回し入れる。再び火をつけ、静かに混ぜてとろみをつける。

## 見つめると画像が消える？

次のページの画像の中心にある「+」を視線を動かさずに見つめてください。

30秒ほどすると色が消えていきます。

まばたきをしても大丈夫です。





## 見つめると画像が消える？

これは「トロクスラー効果」と呼ばれており、人間の目にもともと備わっている機能です。

何かに集中するときに、必要でない情報を視界からあえて排除することで、見えすぎて気が散ることを防ぐための機能だと言われています。