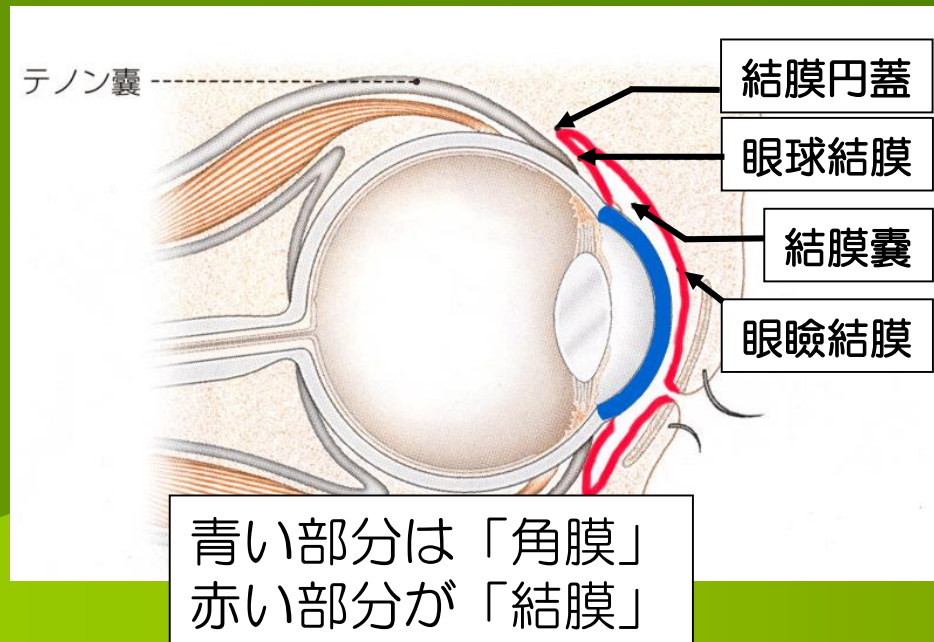


結膜炎とは・・・

まぶたの裏側と角膜（くろめ）以外の眼球の表面をおおう薄い膜が結膜で、粘液を分泌して眼球をうるおす役目を担っています。



この結膜に起こる炎症が結膜炎です。

結膜炎の分類

結膜炎はその原因によって、おおよそ次のように分類されます。

- 細菌性結膜炎
- 新生児結膜炎
- 春季カタル
- ウィルス性結膜炎
- アトピー性結膜炎
- アレルギー性結膜炎



結膜炎の分類

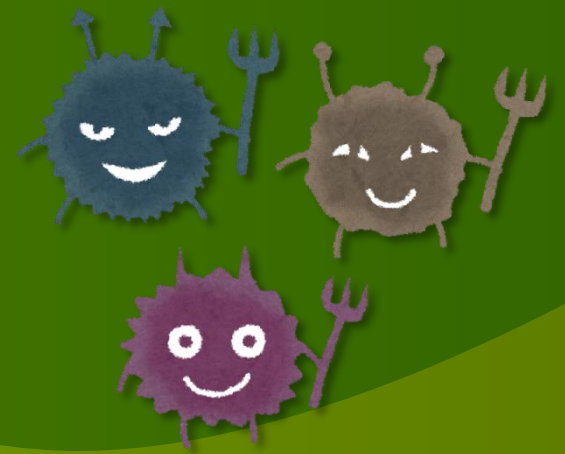
今回は「細菌性結膜炎」と「アレルギー性結膜炎」
について簡単な解説をします。



細菌性結膜炎

細菌性結膜炎とは、インフルエンザ菌や肺炎球菌といった細菌に感染して起こる結膜炎です。

ブドウ球菌、連鎖球菌など、
原因となる細菌は多数あります。



細菌性結膜炎



症状

結膜が充血し、かゆみがあります。
また、粘りと濁りのある黄色みをおびた膿のような目やにが出ます。

注意点

感染する可能性があるので、他の人にうつさないように配慮することが必要です。

＊プールに入らない、タオルなどを共用しないなど

アレルギー性結膜炎

アレルゲンによって引き起こされる目のアレルギー反応です。

アレルゲンの一例

ハウスダスト



ダニ
(たたみ・じゅうたん)



スギなどの花粉



アレルギー性結膜炎

症状

「かゆい」という自覚症状が特徴です。
症状が軽い人では他の症状が無いことも多いのですが、炎症がひどくなると「まぶた」の裏側の結膜や「しろめ」の充血が起こってきます。
他の人にはうつりません。



結膜炎の治療

結膜炎は自然に治る場合が多いのですが、原因によっては長期化・重症化する場合があります。「おかしいな」と感じたらすぐに眼科を受診してください。



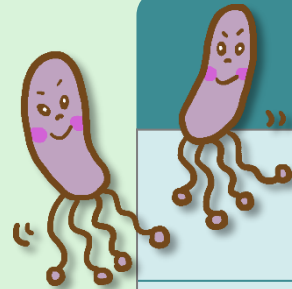
今月のコラム マイコプラズマ感染症

マイコプラズマ感染症の原因菌はマイコプラズマ・ニューモニエという細菌です。
感染すると肺炎、気管支炎などが引き起こされます。

飛沫感染や接触感染でうつっていきます。症状が軽いことも多く、罹った本人が気がつかないうちに他人にうつしてしまうこともあります。

今月のコラム マイコプラズマ感染症

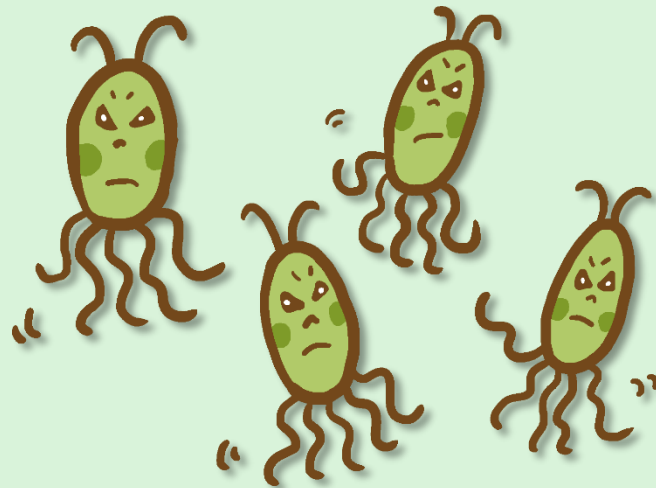
●細菌 と ウィルス の違い

 細菌		ウィルス 
単細胞生物	生物なの？	生物と非生物の間
糖などの栄養と水があれば 自己増殖（分裂）していく	増殖のしかた	生きた細胞に寄生して、 その細胞から不足している 機能を補って増殖する
有効	抗生物質は効く？	無効
溶連菌感染症、尿路感染症、 細菌性食中毒など	感染症の例	インフルエンザ、風邪、 带状疱疹など

今月のコラム マイコプラズマ感染症

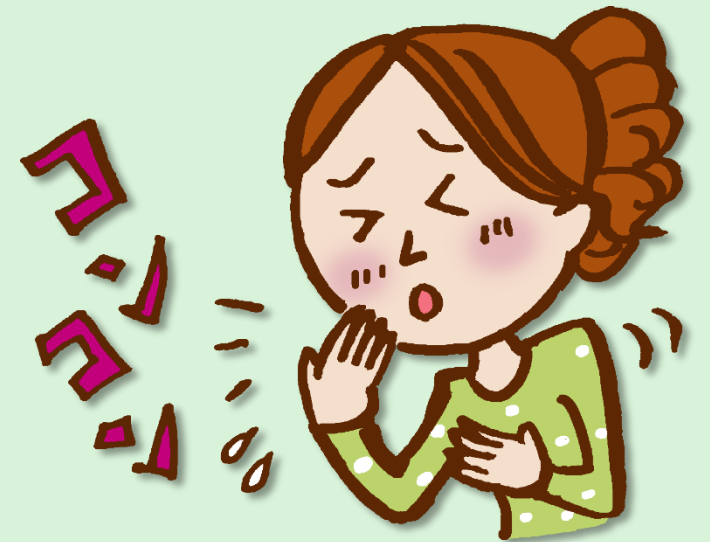
マイコプラズマ・ニューモニエという細菌は、生物学的には細菌に分類されます。

しかし、一般的な細菌とは構造が少し違うので効果のある抗生物質は特別なものとなります。



今月のコラム マイコプラズマ感染症

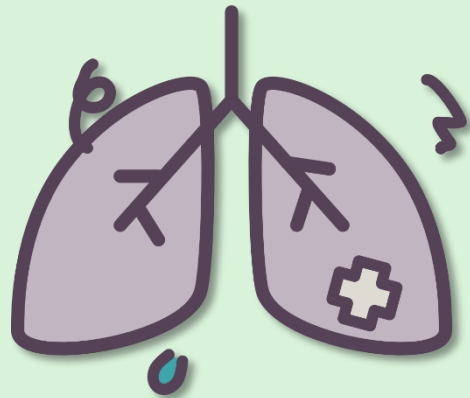
マイコプラズマ感染症は、風邪のような発熱や、頭痛、喉の痛みなどで始まり、風邪症状が治まった後もひどい咳が続くのが特徴です。



今月のコラム マイコプラズマ感染症

マイコプラズマ感染症で肺炎になるのは、感染者の3～5%です。

全身状態は良好で肺炎にしては重篤感がない場合が多いのですが、体力がある若い人では菌に対する体の免疫反応が強く出て重症化することがあります。



— 今月のレシピ —

— ごぼうの甘酢炒め —

材料

ごぼう・・・・・・・・・・1本（約150g）

片栗粉・・・・・・・・・・大さじ2

ごま油・・・・・・・・・・大さじ2

白いりごま・・・・・・・・・・適量



(A) みりん・・・・・・・・大さじ1

(A) 酢・・・・・・・・大さじ1

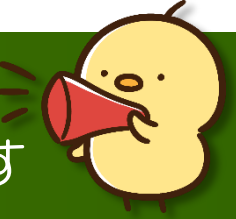
(A) 砂糖・・・・・・・・大さじ1

(A) しょうゆ・・・・大さじ1

(A) 鷹の爪（輪切り）・・・・適量

 つくり方

ごぼうには抗酸化作用のあるクロロゲン酸や、タンニンといったポリフェノールも多く含まれています



1. ごぼうは洗って皮をむいてから、5cm幅に切り縦半分に切る。
2. ボウルに水を入れ、切ったごぼうを入れて10分ほどさらす。
3. ごぼうの水気を切り、片栗粉をまぶす。
4. 別のボウルに（A）を入れて混ぜ合わせる。
5. フライパンにごま油を入れ中火で熱し、【3】を入れ焼き色がつくまで炒める。
6. 中火のまま、混ぜ合わせた（A）をまわし入れて炒め合わせる。
お皿に盛りつけ、白いりごまをかけて出来上がり。

ごぼうは、昔のヨーロッパや中国では薬用と用いられていたほど栄養豊富な野菜です。

「もみじ」と「かえで」の違い

秋になると美しく紅葉する「もみじ」と
「かえで」。
この2つの植物の違いをご存じですか？



「もみじ」と「かえで」の違い

葉の切れ込みが5～6個であるのが「もみじ」、
葉の切れ込みが浅く9～11枚に分かれている
のが「かえで」です。

イロハモミジ



ハウチワカエデ



「もみじ」と「かえで」の違い

一般に紅葉する葉全般をもみじと呼ぶことが多いですが、その品種は全て楓の一種。
実は、2つを区別しているのは日本だけです。

なるほど！

