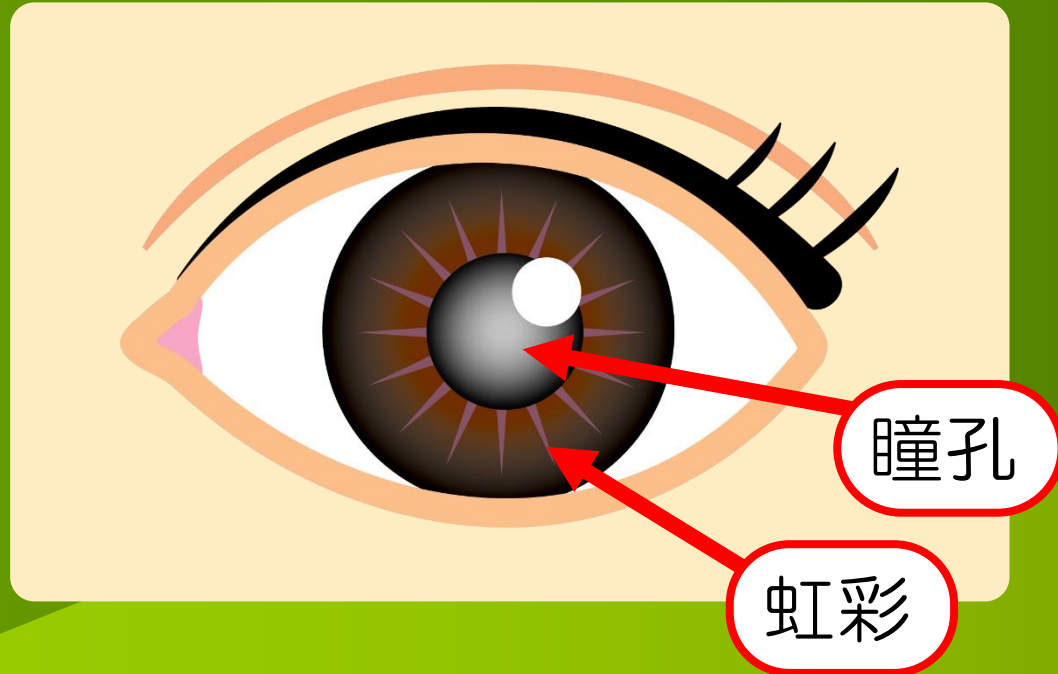


虹彩毛様体炎（こうさいもうようたいえん）

虹彩毛様体炎とは、その名の通り虹彩および毛様体が炎症により腫れたり、充血したりする病気です。



正面から見て、
茶色のドーナツ状に見える
部分が「虹彩」です。

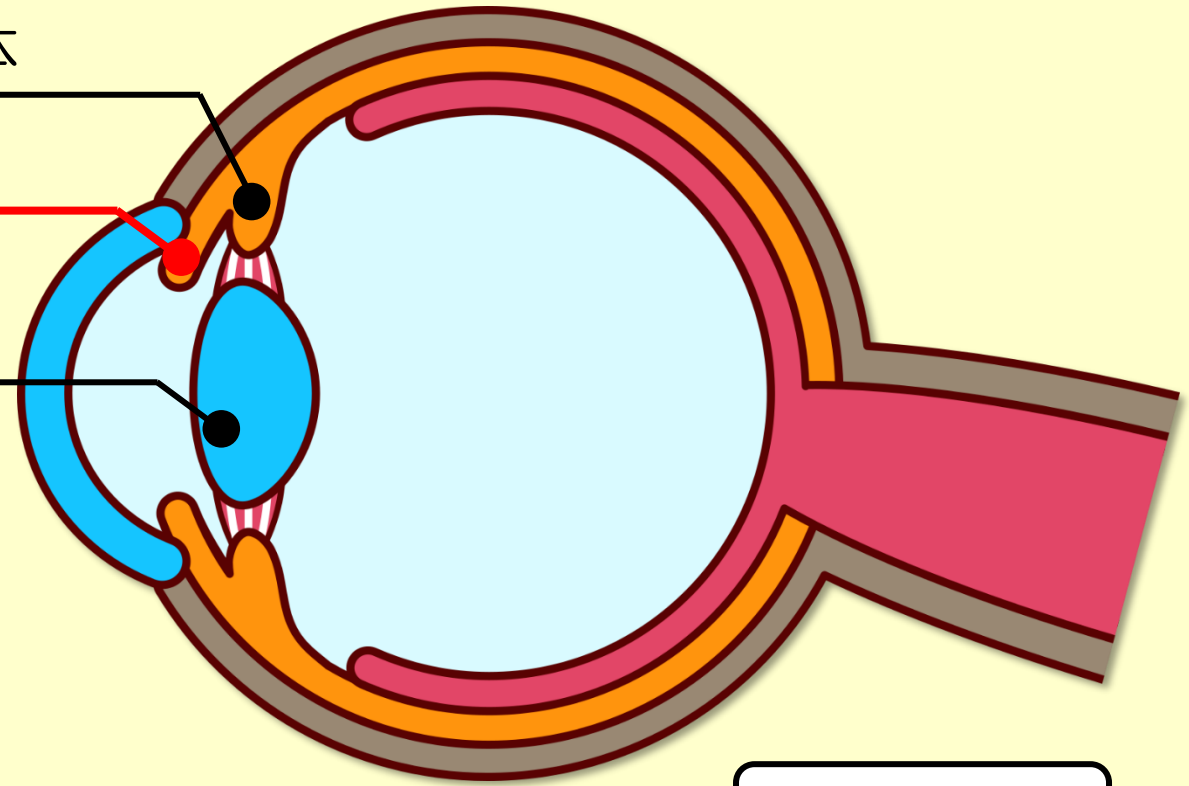
虹彩毛様体炎（こうさいもうようたいえん）

虹彩と毛様体の働き

虹 彩

毛様体

水晶体



虹彩とは・・・

外界から眼球内部へ入射
される光の量を調整する機能
をもつ部分です。

眼の断面図

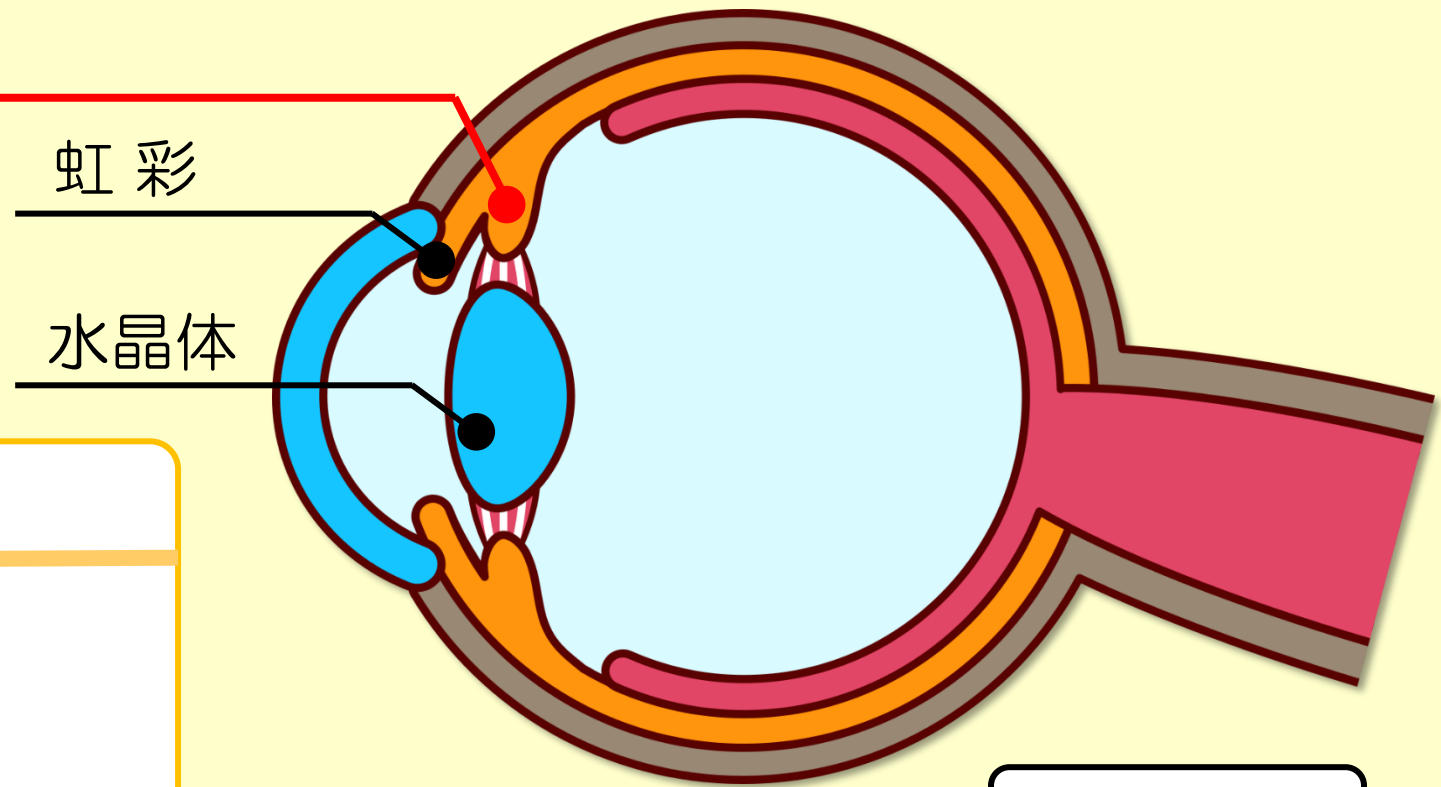
虹彩毛様体炎（こうさいもうようたいえん）

虹彩と毛様体の働き

毛様体

毛様体とは・・・

水晶体の厚みを調節し、
ピントを合わせる役目を
します。



眼の断面図

虹彩毛様体炎の原因

1. 細菌・ウイルス・真菌（カビ）などの感染

〔細菌などが目に直接侵入したり、体の一部につき血行により
目に運ばれて感染する。〕

2. 目の組織の免疫反応

〔原田病、サルコイドーシス、ベーチェット病、若年性関節
リウマチ、慢性関節リウマチなどの疾病が原因で発症。〕

3. 目の怪我

詳しく検査しても原因が特定できない場合もあります

虹彩毛様体炎の主な症状

- 急に白眼の部分に充血が起こる。
(結膜炎とは違い「目やに」は出ない)
- 眼が痛くなる。
- まぶしさを強く感じる。
- 眼がかすんだり、見えにくくなったりする。
- 瞳が小さくなる。



虹彩毛様体炎の治療

ステロイド薬の点眼が基本になります。
(ステロイド薬の内服を併用する場合があります。)



炎症が強い時は、ステロイド薬を結膜下に
局所注射します。原因によっては、全身の
治療が必要な場合があります。

虹彩毛様体炎の治療



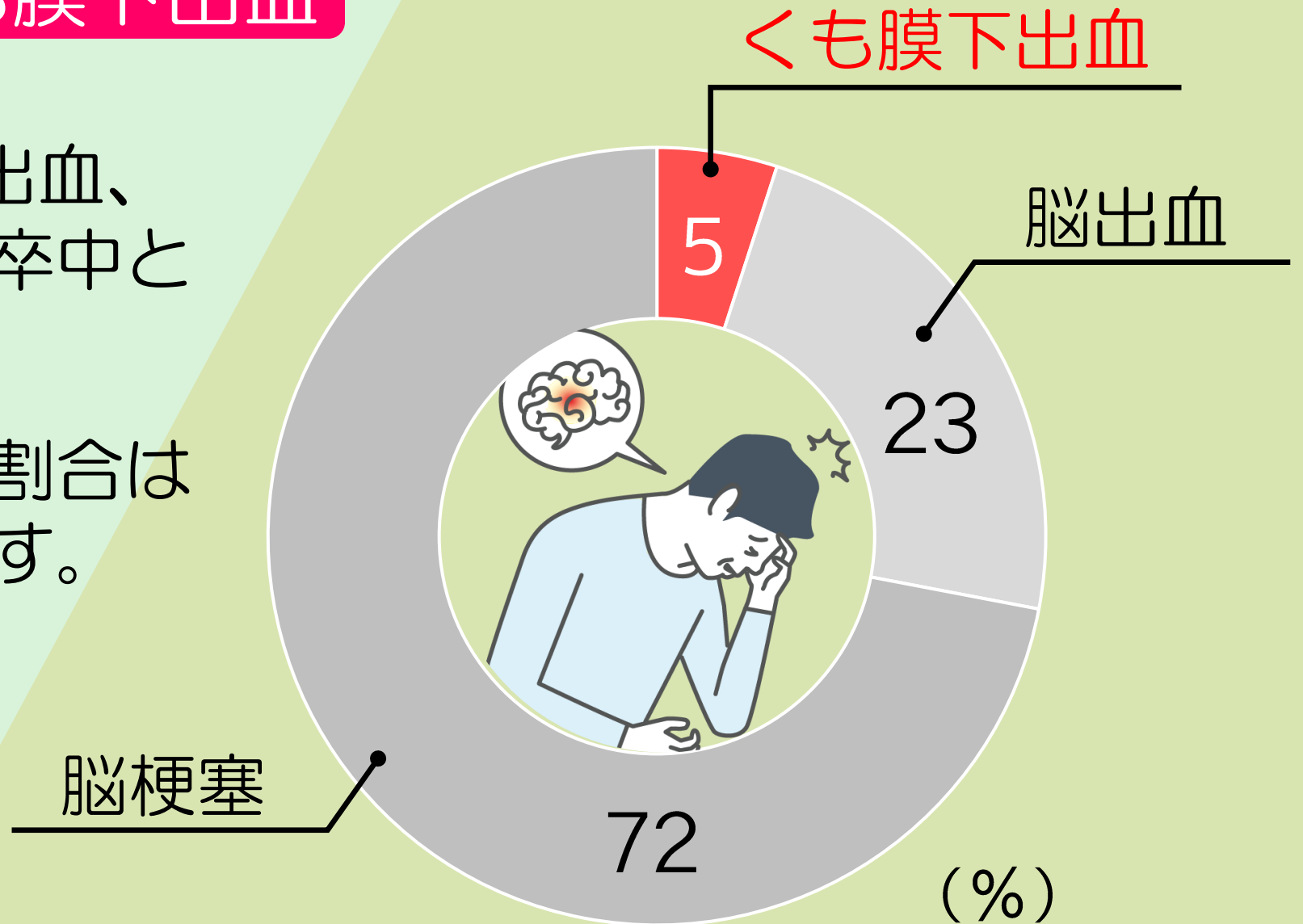
放置すると視力の回復が難しくなり、
緑内障の原因となることもあります。



今月のコラム くも膜下出血

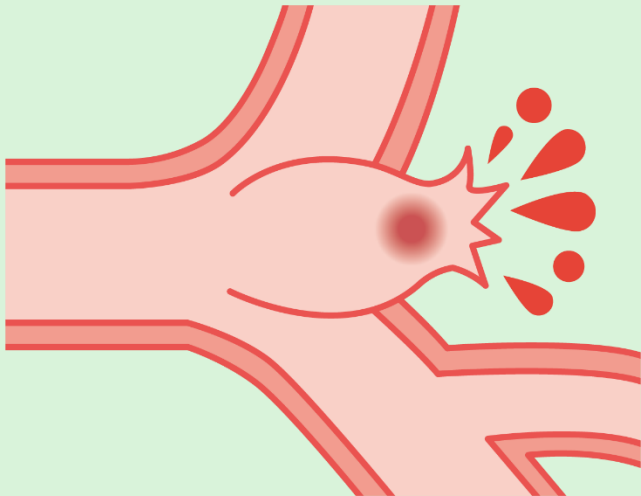
くも膜下出血、脳出血、
脳梗塞をまとめて脳卒中と
いいます。

くも膜下出血の発症割合は
脳卒中全体の5%です。



今月のコラム くも膜下出血

くも膜下出血は脳表面の血管（動脈瘤）が破裂することで起こります。
血縁者に病歴がある場合、発症する可能性が高まるとされています。



今月のコラム くも膜下出血

くも膜下出血の症状

バットで殴られたような、経験したことのない頭痛
意識障害や嘔吐、けいれん



今月のコラム くも膜下出血

疑わしい症状が少しでもみられたら、
すぐに救急車を呼びましょう



今月のコラム くも膜下出血

くも膜下出血の予防

高血圧、喫煙、飲酒が主なリスク因子

高血圧を治療し、血圧を安定させることが重要

禁煙は必須

過度な飲酒も控えましょう



— 今月のレシピ —

— 白菜の甘酢炒め —

材料

白菜・・・・・・・・・・ 200g

鷹の爪（輪切り）・・・・・・ 少々

ごま油・・・・・・・・・・ 大さじ1

(A) しょうゆ・・・・・・・・・・ 大さじ1

(A) 酢・・・・・・・・・・ 大さじ2

(A) 砂糖・・・・・・・・・・ 大さじ2



 つくり方 1

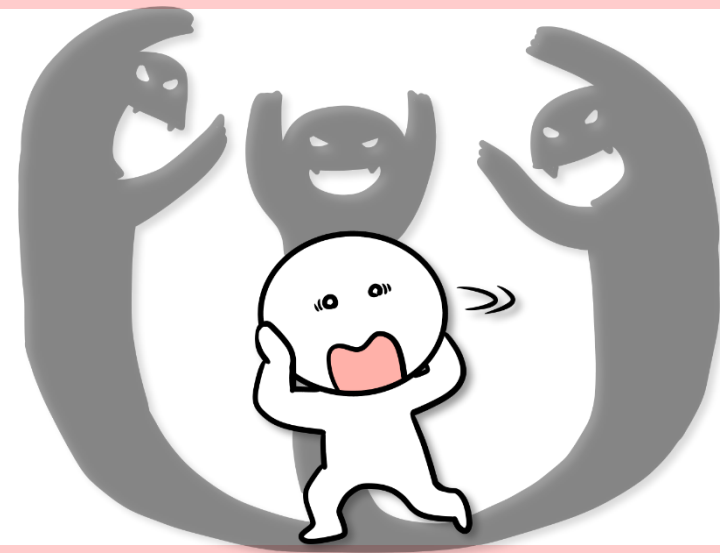
1. 白菜の葉を縦半分に切ってから1センチ幅の短冊切りにする。水気はよく切っておく。
2. フライパンにごま油を熱し、白菜がしんなりするまで炒める。
3. 調味料【A】を加えて30秒ほど炒め、鷹の爪を加えてさっと炒め合わせて出来上がり。

白菜は約95%が水分で低カロリーながら、冬の健康に役立つ栄養を豊富に含みます。特にビタミンCは風邪予防や美肌に、カリウムは体内の余分な塩分を排泄し、むくみや高血圧の予防に効果的です。また、食物繊維が腸内環境を整え、便秘改善をサポート。アブラナ科特有のイソチオシアネートは、抗酸化作用やがん予防への期待も。冬の健康維持にぴったりの食材です。

背中がゾクっとする感覚

背中がゾクっとする感覚を経験したことはありますか？

怖い話を聞いた時



背中がゾクっとする感覚

背中がゾクっとする感覚を経験したことはありますか？

大好きなアーティストの
コンサートが始まる瞬間



背中がゾクっとする感覚

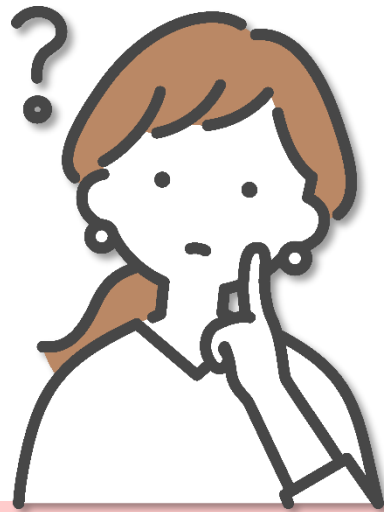
背中がゾクっとする感覚を経験したことはありますか？

名画を観た時



背中がゾクっとする感覚

背中がゾクっとするとき、人間の身体に何が
起こっているのでしょうか



背中がゾクっとする感覚

恐怖・感動・驚き・期待などで神経が興奮すると、人の体内ではアドレナリンが大量に分泌されます。

アドレナリンは恐怖のホルモン、
闘争・逃走のホルモンとも呼ばれています。

背中がゾクっとする感覚

アドレナリンが血中に分泌されると、身体中の皮膚の血管が収縮します。
背中がゾクっとするのは、この血管収縮作用によるものです。



背中がゾクっとする感覚

背中だけが特にゾクっと感じるのは、
背中は無防備で刺激に対して弱いからです。

