

# からだ

医療のページ

## 見直される「医食同源」

ます。日頃からバランスのとれたおいしい食事をとることで病気を予防し、治そうという考え方のことです。中国の「藥食同源」の思想に着想を得て、日本で造られた言葉です。

宗養で  
治す

5

高度に発達した医学の中で  
は、いつの間にか置き去り  
にされてしまった考え方  
のように思います。

日本社会は急激に高齢化  
が進み、2025年には人  
口の2割が75歳以上になる  
と予測されています。「少  
子高齢化」で患者数が爆発  
的に増える一方、医療従事  
者は不足が懸念されます。

日々の診療の中で私たち  
は患者から多くのことを学  
びますが、高齢の患者から  
学ぶことの一つが「動いて  
食べる患者はよくなる」と  
いうことです。高齢者は筋  
肉が衰えて減るため、若者  
のように素早く動くことや  
長時間の行動が難しくなっ  
てきます。日々の運動が大  
切ですが、傷病者は体を動  
かすことができません。

そこで入院時、かつての  
ように安静を保つより、む  
しろ積極的にリハビリテー  
ションを行い、筋肉の衰え  
を防いだり、増やしたりす  
る方が良いという考え方が  
主流になってきました。

筋肉という組織は単に体  
を支えたり、動いたりする  
ためだけのものではありません。  
筋肉の中では様々な

子ども手足まひ  
8割が症状残る

昨年夏以降 手足に原因不明のまひなどが起きた子どもが相次ぎ、一部の患者から「エンテロウイルスD68」が検出された

問題で、日本小児科学会は、主  
ひが表れた患者のうち8割に症  
状が残ったとする中間報告をま

(宮沢靖・近森病院臨床  
栄養部長、管理栄養士)

日本吃音・流暢性障害学  
きのうん・りゅうじょうせいしょうがく

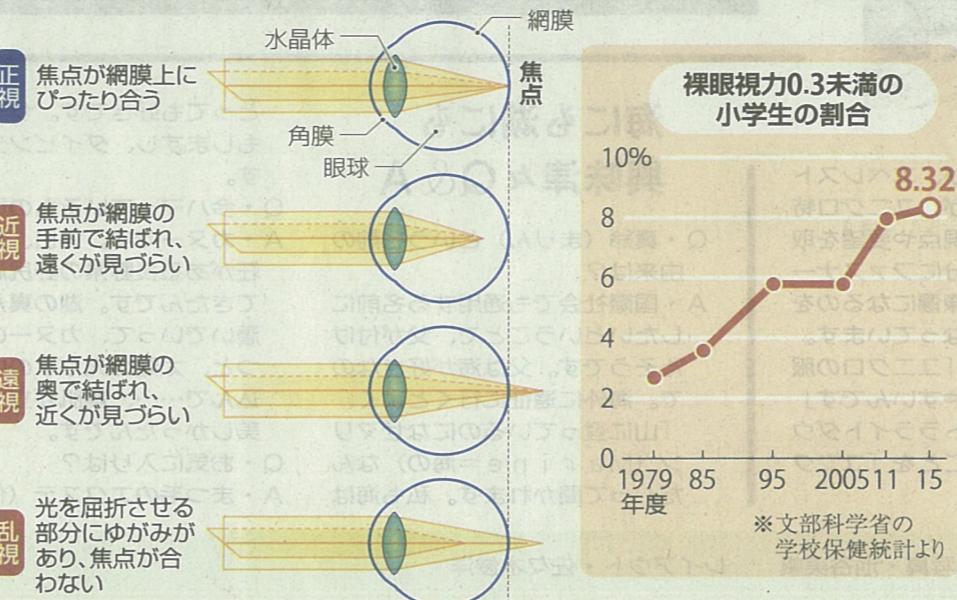
54人を分析した。まひが完全に治ったのは5人のみで、33人は改善が一定程度でとどまり、11人は改善が見られなかつた。

手足のまひ以外に、4人に意識障害、11人に手足に感覺障害が起きた。8人は顔面まひやのみ込みの悪さを覚えていた。

45人の画像分析では、全員に脊髄に異常が見られ、このうち20人は脳幹にも異常が確認され

## 子どもの近視

スマートフォンや小型ゲーム機の普及で、子どもの近視が増えている。大半は、眼鏡などで矯正すれば生活に支障はない。一方で、矯正がきかず、将来、失明の恐れがある「病的近視」の場合は、すでに学童期の眼底写真に異常が表れていることが多いため、早期発見と経過観察が大切だ



## 子どもの近視

子どもの近視が増す続けて  
いる。大半は眼鏡を使えば生  
活に支障がない視力を保てる  
が、中には矯正が難しく、大  
人になってから失明する恐れ  
がある「病的近視」もある。  
「病的近視」では、子どもの  
時から眼底写真に異常が見ら  
れることが多く、早期発見と  
ケアが大切だ。（佐々木栄）

つたり合う。遠くが見づらい近視は、焦点が網膜の手前につき、近くが見づらい遠視は網膜の奥で結ばれる。角膜から網膜までの奥行きは、近視の人が長く、遠視の人は短い傾向があり、それは遺伝で決まっているという説もある。焦点が1点に定まらない乱視は、近視や遠視と同時にない視のいずれによつても起きる人も目立つ。

る。日常生活に支障が出るのは、視力が0・3未満だといわれる。車の普通免許の合格基準は「両眼で0・7以上」「一眼で各0・3以上」などと規定。学校の教室では0・7以上あれば黒板が見える。近年、問題視されているのが子どもの視力低下だ。文部科学省の学校保健統計調査によると、1979年度、裸眼視力が0・3未満の小学生は2・67%だったが、2015

東京医科歯科大学眼科教授の大野京子さんは「背景には近視の増加がある」と指摘。特に近年普及したスマートフォンや小型ゲーム機の影響が大きいという。強い光を放つ小さな画面を見続けると、網膜が引っ張られた状態になる。その結果、目が疲れ、遠くがぼやける「仮性近視」の状態が続き、最終的に視力がえた。

正しても視力が出ない「病的近視」といわれる症例だ。視力を失う恐れのある病的近視の人は40歳以上で5%ほどいる。病的近視の人の眼球の立体画像を見ると、後部が変形し、視神経や網膜に負担をかける形状をしている。

# 眼底検査で異常見分ける

落ちる。特に成長期は長時間の使用を避けて方がいい。