

熱 中 症

身の回りの人が熱中症になったら、どう対処したらよいのか。帝京大学院救命救急センター長の三宅康史さんは「声をかけて、自力で水が飲めるかどうかをみて、意識の有無を確認して欲しい」という。意識がなければ、すぐに救急車を呼び医療機関で治療を受ける。意識があれば、涼しい場所で冷たいものを飲むなどして体を冷やす。首・わきの下・足の付け根に保冷剤など冷たいものを当てる。急変の可能性もあるので、30分はその場で見守るようにする。

また、熱中症対策には水分補給が欠かせない。だが、大量に汗をかき、症状が悪化している時に水だけを飲み続けるとかえって脱水が悪化してしまう。体液の電解質濃度を保とうと利尿作用が進むからだ。市販の経口補水液は、水とともにナトリウムやカリウムなどの電解質を補えるように作られている。小腸で水分と電解質を素早く吸収出来るように最適な濃度となっている。経口補水液は、健康な人には、しょっぱく感じるかもしれない。スポーツ飲料は飲みやすいが、塩分を抑え糖分を多めにしており、腸での吸収が遅くなる。済生会横浜市東部病院の谷口英喜・周術期支援センター長は「食事ができないほど脱水が進んだ状態では、即効性はあまり期待できない」と話す。

(平成29年7月12日・19日

朝日新聞)



難治性てんかん手術  
広がらず

薬を使っても発作を抑えられない難治性のてんかん。患部を取り除く手術で、根治が期待出来るタイプもあるが、国内で手術を選ぶ患者はまだ少ない。事前検査の負担や認知度の低さが背景にあるようだ。

てんかん発作には、脳神経の興奮が脳全体で起きる「全般発作」と「焦点」と呼ばれる特定の部分から興奮が始まる「部分発作」がある。手術で根治が期待できるのは、焦点を取り除ける部分発作のケースだ。片側の海馬やその周辺に原因がある「内側側頭葉てんかん」は特に手術の治療効果を高く、8割以上で発作が消えるという結果が出ている。先天的な脳の形成異常や感染などの後遺症で起きるてんかんも、焦点を取り除くと5~7割で発作が消える。

また、手術で根治出来ないタイプは、重い発作を和らげるため、神経の接続を一部切って、異常な神経活動が脳全体に広がらない様にする手術もある。MRIなどの検査機器の進歩で、手術成績は向上し「適応のある人に早く勧める」という考えになっている。

しかし、国内の手術は年間600~700件ほど。手術が少ない一因は、入院の負担や脳の手術への抵抗感だ。根治手術では、焦点の位置を把握し、切除しても言語や運動の機能に影響しないか確認する必要がある。入院して脳波や発作を詳しく調べるため、手術を含めて入院期間が一ヶ月半に及ぶことがある。

また、手術が十分に知られていない現状もある。手術適応の判断や手術ができる「てんかんセンター」は全国に約40施設。手術で治る可能性があっても、説明されずに必要な検査もされていない患者がいるとみられる。

(平成29年1月25日 朝日新聞)

## 患者少ない希少がん 「標的薬」

国立がん研究センター（東京）は31日、患者が少ない希少がんに対する新たなゲノム医療の産学共同プロジェクトを発表した。

肉腫や脳腫瘍などの希少がんについて、がん患者の遺伝子変異などを調べ、効果が見込まれる治療薬を使って臨床試験（治験）を行う。製薬企業は治験薬や共同研究費を提供する。情報が少ない希少がんで、遺伝情報を基に新しい治療法の確立を目指す。

遺伝子変異を標的に、がんの増殖を防ぐ「分子標的薬」が次々と開発されている。がんの種類は異なっても遺伝子の変異が同じなら、同じ分子標的薬が効果的なケースがあることがわかっている。

同センター中央病院は2013年から、がんに関連する100種類以上の遺伝子を調べる研究を実施している。今回のプロジェクトは、変異のタイプが判明した希少がん患者を対象に、がんの種類には関係なく遺伝子変異ごとの分子標的薬の治験を進める。希少がんの遺伝子変異と患者情報を登録したデータベースを作り、継続して新規の治験が実施できる態勢も作る。

京都大学病院（京都市）も今年度中にプロジェクトに参加する。治験は秋から始まる予定で、製薬企業は現在11社が参加を予定している。

中釜<sup>ひとし</sup> 齊・国立がん研究センター理事長は「患者の少ない希少がんは、薬の開発が難しいのが課題だ。プロジェクトを通じて企業と連携し、積極的に開発を進めたい」と話している。

（平成29年7月31日 読売新聞）

## のどの痛み

これから寒い季節に近づき、風邪を引いて喉が痛くなるという方もおられるのではなだろうか。のどの痛みは唾を飲み込むことも苦痛に感じることもある。そんなのどの痛みを感じる方への「早く痛みを改善する方法」をご紹介します。

一番大切なことは「保湿」すること。のどが乾燥すると炎症が悪化するので痛みが強くなる。そのため、喉は常に潤しておくことが大事。湿度が40%以下になると喉が乾燥するので加湿器などを用いて室内の湿度を50～60%を目安に調整する。マスクや30分に1回、1時間に1回など時間を決めて水分補給をすることも喉の保湿に繋がる。

次に「身体を温める」こと。のどが痛い時はハチミツ紅茶などを飲んで身体を温めるように心がけよう。体内のウイルスを早く撃退するためにも体の免疫力を上げなければならない。体温と免疫力は比例している。体温が1℃下がると免疫力は30%もダウンするが、逆に1℃上がると免疫力は5～6倍もアップする。ハチミツと紅茶には強い殺菌作用があり炎症を早く治すことができる。さらにハチミツには、ビタミンやミネラルがたっぷり含まれているので栄養も豊富で風邪を早く治すことができるだろう。

最後に「ゆっくり休む」こと。風邪を引いたらゆっくり休んで体力を温存し、免疫力をあげることが大切。「寝た分だけ早く治る」と言われているほど休養が症状を軽くしていく基本となる。

これからインフルエンザも流行する季節に入るため、喉の保湿を十分に心がけよう。

（参考：ヘルスチャンネル）