

保健だより ～3年生特別号～

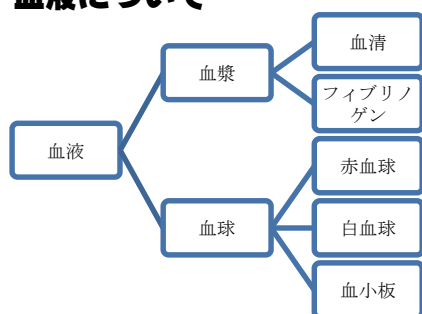
垂水中央中学校

H30. 10. 30

血液教室を行いました

10月15日に、学校薬剤師の小池田先生をお招きして、3年生を対象に血液教室を行いました。

血液について



血液は、大まかに^{しょう}血漿と血球に分けられ、人間が生きるために様々な働きをしています。科学技術が進んだ現在でも、人工的に血液を作り出すことは不可能だそうです。



そのため、手術や病気の治療などで血液が必要な場合は、生きた細胞である血液を確保する必要があります。

献血について

16歳から始められる献血があります。



献血をする場合は、年齢や体重・血圧・血色素量などの基準をクリアした人が受けることができます。献血で得られた血液は、医療の現場へ運ばれます。癌治療中の方や、血液の障害があり、輸血で命をつなぐ必要のある方々、小児がんで苦しんでいる子どもたちもたくさんの血液（輸血）を必要としています。

私たちの血液で助けられる命がたくさんあります。

薬物乱用防止と喫煙・飲酒

についてもお話していただきました。

～みなさんの感想から～

- ・ 薬物は自分の人生を変えてしまって、寿命も減ってしまうので、薬物を使わないようにしたい。
- ・ 普段よく大人が喫煙しているところを見かけますが、それにこんなに悪い物質がたくさんあると思うと、やはり吸うべきでないと思いました。また、覚せい剤などは生活とかけ離れているイメージがあって、身近にあるということを改めて知り、「断る力」を持っておこうと感じました。
- ・ 一瞬の判断が今後の命にすごく関わってくることがとても印象付けられました。良いことや悪いことをちゃんと見極めたいです。
- ・ 薬物は自分の人生を変えてしまって、寿命も減ってしまうので、薬物を使わないようにしたい。
- ・ タバコを1本吸うと12分寿命が縮むことに驚いた。

学校薬剤師の小池田先生がみなさんの質問に、丁寧に回答をしていただきました。

【血液について】.....

Q1 赤血球製剤，血小板製剤，血漿^{しょう}製剤，全血製剤でなぜ有効期間が異なっているのですか？

A1 各成分で寿命が異なることが影響しています。赤血球の寿命は120日。血小板は10日です。それぞれ生きた細胞なので，それぞれの製剤で有効期限も変わります。

Q2 貧血気味の人はどうやって血を作ればいいですか？血を作るために何をすればいいですか？

A2 貧血と言ってもたくさん種類があります。鉄欠乏性貧血，再生不良性貧血，巨赤芽球貧血，容血性貧血などあります。それぞれの貧血で治療法や摂取するものも変わります。鉄欠乏性貧血の場合は，ヘモグロビンの主な材料である鉄が不足し，ヘモグロビンが作られなくなるためにおこる貧血です。鉄分を摂取したり，薬を飲んだりして治療する場合もあります。

Q3 献血をした後，何日ぐらいで体内の血液の量はもとに戻るんですか？

A3 献血後の日常生活への影響は，献血量が血管の中を流れている血液量の15%以下であれば問題になることはありません。血小板，血漿は1週間程度，200ml献血の場合，赤血球は2～3週間で回復し，400ml献血の場合は3～4週間で回復するといわれています。

【喫煙・薬物・アルコールについて】.....

Q1 電子タバコで誰でも使えるニコチンなどが入っていないものがあるんですが，使ってもいいんですか？水蒸気の電子タバコも害があるんですか？

A1 電子タバコは，化学物質を水蒸気に変えて吸い込むというものです。電子タバコに関する確実な研究結果は出されていないため，それがどのよに人間の健康に影響を与えるかは分かっていません。成分には，プロピレングリコールという食品や化粧品の水分保持のために使われる化学物質，メントールやバブルガムなどの人工香料，そしてニコチンを含むものもあります。ニコチン・タール・一酸化炭素は代表的な有害物質ですが，それ以外にも有害物質があることを覚えておいてください。

Q2 タバコとお酒はどうして作られたのですか？なぜ，人々は広めようとするんですか？

A2 「紙巻たばこ」「葉巻」「パイプたばこ」など，各種の製品タバコは，ナス科のタバコ属の植物を原料としています。その起源は，新大陸（アメリカ大陸）にあると考えられており，16世紀初めには，すでに数種類のタバコ属の植物が栽培されていました。昔は宗教儀式としても用いられたこともあり，起源は諸説あります。タバコは現在，吸う場所や副流煙対策など規制や対策がされつつありますが，急に禁止すると闇で取引され，暴力団の資金源にもなる可能性もあります。

Q3 薬物乱用・所持で捕まった人は何人ぐらいいますか？

A3 鹿児島県では平成29年で覚せい剤41人，大麻30人検挙されています。

他にもこのような質問がありました。回答は，保健室前の掲示板に掲示してあります。

Q1 血液の病気で一番必要な成分は何か？

Q2 血液型はどうやって決まるんですか？血液型の＋，－はどうやって分かるのですか？

Q3 血液をきっかけにかかる病気はあるのですか？

Q1 タバコ，アルコールを使っている人をどうやったらやめさせられますか？

Q2 薬物の種類で，罪の大きさは変わるのか？

Q3 タバコを吸っている人と，タバコは吸っていないが，副流煙を吸っている人はどちらが肺がんになりやすいんですか？

Q4 タバコにたくさんの種類があるのはなぜか？

Q5 仕事の手伝いで，ペンキを溶かす時に少しだけ臭いを吸ってしまっても犯罪になるのか？

Q6 お酒は一日どれぐらい飲んでもいいんですか？