

血液は赤血球・白血球・血小板の血球成分とたんぱく質や電解質(塩分)を含んだ液体の血漿からできています。

赤血球の中には鉄を含むタンパク色素(ヘモグロビン)が存在します。ヘモグロビンは酸素と結合し酸素を運ぶ働きをします。これが減少した状態が貧血です。

白血球は細菌・カビ・ウイルスなどや異常細胞(がん細胞)を排除する免疫の働きをします。血小板はけがなどで出血したときに止血の働きをします。

血漿中のたんぱく質には感染から体を守る免疫グロブリンという抗体や、血液を固める凝固因子などが含まれます。

1 赤血球減少または色素が減少するとめまい、だるさ、動悸、息切れなどの貧血症状が見られます。



たまきゅう便り

血液と血液の病気

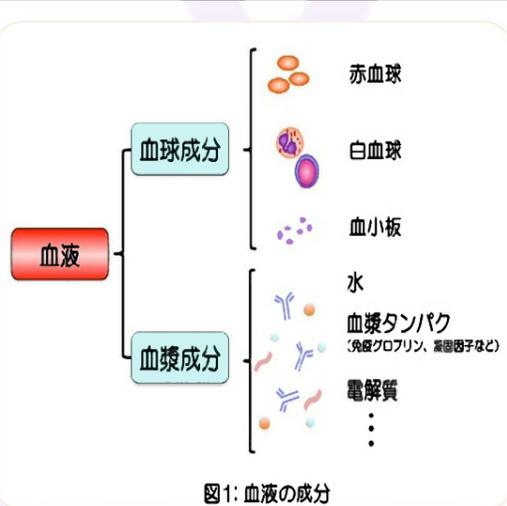
多摩丘陵病院 内科医師 田仲 弘行

発行
多摩丘陵病院
広報委員会
町田市下小山田町
1491

こうした血球成分は骨の中の骨髓で作られます(造血)。骨髓の中には血液の元になる造血幹細胞があります。造血幹細胞は増殖(自己複製)すると同時に分化・成熟してそれぞれの働きを持った赤血球・白血球・血小板に成長してゆきます。

血液の病気
長してゆきます。

主な血液の病気は以下のとおりです。



2 白血球が減少すると感染症が起こりやすくなり発熱を伴います。

3 血小板が減少すると、血が止まらなくなり出血斑、点状出血などの出血症状が見られます。

1 貧血
① 鉄欠乏性貧血 代表的な貧血で、貧血患者さんの約9割は鉄不足により生じます。赤血球の主要成分であるヘモグロビン(色素)の産生には鉄が必須です。慢性的な出血や成長期の鉄需要の増加により鉄分が不足するとヘモグロビンが産生されず貧血になります。

② 巨芽球性貧血 ビタミンB12、葉酸の欠乏によりDNA合成ができず、血球が分裂増殖できなくなり生じます。

③ 溶血性貧血 先天性、免疫の異常、血球の異常により血球が壊れやすくなり寿命が短くなるため貧血になります。

④ 再生不良性貧血 骨髓の造血幹細胞に障害が起こるために、赤血球・白血球・血小板の三系統の血球が減少します。

2 血小板減少症 免疫の異常により血小板の破壊が亢進するため血小板が減少、出血症状が見られます。

3 造血器腫瘍 造血細胞由来の悪性腫瘍(白血病)です。代表的な疾患は以下の3つです。

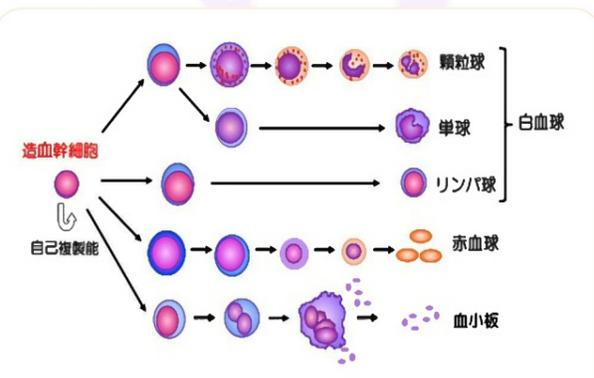
① 白血病 ② 悪性リンパ腫 ③ 多発性骨髄腫

4 骨髄異形成症候群
造血幹細胞になんらかの異常が生じて、正常な血液細胞が造られなくなる病気です。いずれかまたは複数の血球が減少することで血球減少による症状が見られます。また一部の例では進行し急性白血病へ移行することがあります。

5 骨髄増殖性腫瘍 造血に関わる遺伝子異常の発現により血球産生が亢進する病気で代表的な疾患は以下の3つです。

① 真性赤血球増加症 赤血球(ヘモグロビン)
② 本態性血小板血症 主に血小板が増えすぎてしまう病気で、血栓症発症のリスクとなります。
③ 原発性骨髄繊維症 骨髄が線維化し正常な造血が障害される疾患

6 凝固因子の異常による病気 血友病など



多摩丘陵病院の感染への取り組み

入館者の体温測定を行っています

入館できる入口は正面玄関のみとさせていただきます

入館したら手指消毒のご協力をお願いしています

手指消毒後体温測定のご協力をお願いしますモニターに顔を映し体温を測定します

館内にも手指消毒剤を設置しています

待合室はソーシャルディスタンスを保てるようにしています

こちらでお待ち下さい

多摩丘陵病院からのお知らせ

2020年9月7日(月)よりZoomを利用したオンライン面会を開始しました

ご家族の面会を制限させていただいているためZoomを利用した面会を行っています

多摩丘陵病院感染への取り組みにご協力をお願い致します

4、腕組み

左右の腕を組んで肩を8秒伸ばします



5、体をひねる

方足を反対の足に乗せて体をひねります



6、足の裏のストレッチ

片方の足を伸ばして、つま先に手が届くようにゆっくり8秒伸ばします。



7、片足を交差させて前屈

反対側の足にかかとを乗せてゆっくり体を前に倒し8秒伸ばします



自宅でできる運動 ～ウォーミングアップ編～

多摩丘陵病院 リハビリテーション技術部 嘉賀啓介

新型コロナウイルス感染拡大によって
外出を控えている方も多いのではないのでしょうか。
そこで、自宅でもできる大事な運動を皆さんにご紹介します。
ぜひやってみてください！

1、深呼吸

鼻から吸って口から出しましょう



2、肩の上げ下げ

3秒で上げて3秒で下げます



3、体を左右に傾ける

手を組んで上に上げます左右それぞれ5秒ずつ傾けます

