

病室行って一緒に歌う... 相談を受け、歌が好きだった患者さんと再会さ... 病室まで来て会に加わ... サクル名早春賦

昔に比べて今は「良い医療」が行われているが... スタルジ泣いて、笑った「歌う仲... エだと囁問がいたのです。

花粉が凶悪化

飛散量少なくてもしっかりアレルギー症状が出る

鼻や喉の粘膜だけでなく肺の奥深くまで入り込む

【花粉症の発症原因は】
「花粉の中に存在するアレルゲンです。スギ花粉の場合Cry j1、つぎ、花粉が水に溶けやすくなる。Cry j2(クリジエーツ)が主なアレルゲンです」
Cry j1は花粉の殻が破裂して、外に、Cry j2は花裂し殻の中のCry

【花粉の飛散量が少ない】
「花粉の飛散量は少ないからといって、花粉成分は非常に微細化して肺胞へ入り込みやすくなっています」
一方、Cry j1は乾燥によって花粉から剥離したり、空気中の水分で花粉から切り離されて、やはり空気中を漂って触れる。

【花粉症の症状が出やすくなる】
「花粉症の症状が出やすくなるのは、花粉が乾燥して、水分が蒸発して、花粉が小さくなるからです」
花粉が乾燥すると、花粉の殻が破裂して、外に、Cry j2は花裂し殻の中のCry

呼吸器の奥深くまで入り込む

【私の計測では最小の奥深く、肺胞まで届く】
0.06µmと、PM2.5(2.5µm)よりも小さくなっていました」
「花粉が大きければ、目のかゆみやくしゃみ、鼻水、鼻づまりで終わりますが、花粉が小さくなると、水、鼻づまりで終わらず、症状も深刻化します」
王教授は、花粉成分の大きさを13段階に分けて、人体呼吸器系との部位に届くかを調べた。結果、鼻や喉は4.7µm以下で存在。さらに、アレルギーで肺が傷つく、まで微細化した花粉は肺まで届く。

人生100年代の健康法

「加齢性サルコは老化に伴って進行するため予防が簡単ではない。最近、「高齢者は肉を食え」と言われることが盛んに言われている。その理由は、筋力維持に肉が最適だからです。ところが、高齢者は肉を食えるから元気がいい、元気がいいから肉を食える、という循環は、実は逆です。」

「高齢者は肉を食えるから元気がいい、元気がいいから肉を食える、という循環は、実は逆です。」

持病がある人は「二次性サルコ」に要注意

手術や病気の招き、栄養不足、内臓の栄養



臓などの病気を、食欲低下から健康診断で下や栄養バランスの悪化に持病が指摘されたら、いまのうちからケア

【二次性サルコ】とは、手術や病気の招き、栄養不足、内臓の栄養

「手術を受けた後、栄養が不足すると、二次性サルコを引き起こす原因を積極的に防ぐ病院が増えています。運悪く、んにかかったときは、単報学・永田宏毅」



【アレルギー性の増悪】
「花粉が大気汚染と結びつく、化学変化してアレルギー性が増す。大気汚染がない場所の花粉と国産近く大気汚染の影響を受けている花粉を比較したところ、大気汚染の影響を受ける花粉はアレルゲンと人体の抗体の結びつきが1.5倍強かった。これは、アレルギー症状が強くなることを意味します」



▼石原麻樹(いしはら まき)「北品藤クリニック」(品川区)院長。信州大学医学部大学院卒。元六甲通り診療所所長のプロの書者。現在は北品川藤クリニック院長。石原麻樹のブログを更新中。

【揚げ物で寿命が縮む? 米国で死亡リスク8%アップと報告】
「揚げ物は健康に悪い、というイメージを持って、肉や魚や野菜などの材料を、衣をつけて高温の油で揚げると、揚げ物の健康に悪いという調理法は、栄養価の割にカロリが高くなります」
また、高温で変性した油の成分が有害な物質になるという考えも根拠があるからです」
確かに医師や栄養士などの専門家は、「健康のためには揚げ物を控えましょう」との指導を行うことが多いのですが、それはどれだけ科学的根拠があるのでしょうか? 実を揚げ物以外の食品と比較して、特別健康に悪いという報告は、これまであまりありませんでした。今年の「ブリティッシュ・メディカル・ジャーナル」という医学誌に、アメリカの閉経後女性を対象とした、大規模な研究の結果が発表されています」
アメリカ人から対象となっていた揚げ物は、フライドポテトやフライドフィッシュ、フライドポテトなどです。その結果、揚げ物を毎日食べている人は、ほとんど食べない人と比較して、死亡リスクが8%上昇していました」
特にリスクが高かったのはフライドポテトで、週1回食べると、死亡リスクは13%も増加していたのです。長生きをしたい人は、揚げ物をなるべく控える方が良いでしょう。



巨人丸侍 ジャパン 辞退



終面

安倍も GDP偽装発覚

私立授業料ゼロ高校

3ページ

6ページ

またまた世紀の茶番劇

声を大にして、厚労省をワルものに仕立てようとしているが、不正後の補正、姑息な隠蔽身内による幕引き画策の元凶は誰なのか

更迭役人の国会招致も拒否する安倍官邸・与党の「共犯の証拠」をNHK以下どこも報じない国民愚弄

チャンチャラおかしい

大マスコミと与党の

「統計不正」追及

「統計不正国会が昨日、委員会の報告も厚労省の集めたのが、自民党厚労省に手を染めたのか」とことを巡り、「公表予定大紛糾している。まのう 毎月労働統計を巡るイン 部長の小泉進次郎議員 いう本筋は触れずじまを知らなかった」と釈明 手調べ問題だ。厚労省だ。先月24日の衆院厚労 委員会の閉会中審査後に、毎勤統計の不正に関する、理能力の欠如だと語気 濃厚となる中、与野党と 不適切という言葉を、 計の正確性が公露されたに手先を向けたのだ。

常態化するアベノミクス捏造

まのうの言葉を、 常態化するアベノミクス捏造 厚労省は15年以 上続けてきたデタラシ調 査にせせり年1月分から 独自の「印章操作に 上げ、ようやく本題に入 引き画策、姑息な隠蔽の 高い伸び率」をデッチ 上げ、国会改革をアチ 後の補正、身内による 貴金の「21年5月ぶり 上げ、ようやく本題に入 引き画策、姑息な隠蔽の 高い伸び率」をデッチ 上げ、国会改革をアチ 後の補正、身内による 貴金の「21年5月ぶり



Asahi 極上 超えてきた。このアサヒ