

## ヘルペスウイルスについて(その3)

こんにちは。花沢アイクリニック院長の梅津由子です。

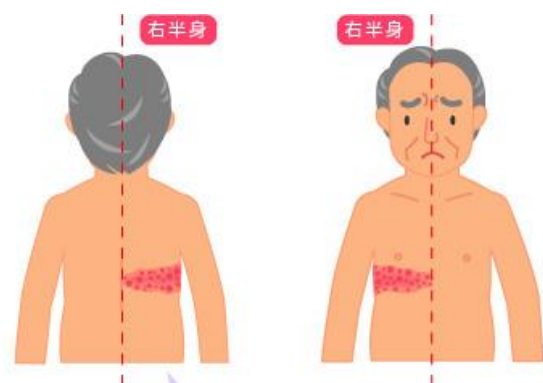
2か月にわたってヘルペスウイルスのお話をしてきました。人に感染するヘルペスウイルスは8種類あり、前回までは瞼や角膜に障害を起こす単純ヘルペスウイルスについてのお話でした。

今回は<sup>すいとう</sup>水痘・<sup>たいじょうほうしん</sup>帯状疱疹ウイルスのお話です。

日本では小さな子供のときなどに「水ぼうそう」にかかる人が多いようです。水ぼうそうの原因となるのが、水痘・帯状疱疹ウイルスです。

水ぼうそうは、発熱と全身に水ぶくれを起こしますが、水ぶくれはやがてかさぶたになり、通常2週間ほどで治ります。

しかし、水ぼうそうが治った後も、ウイルスは体内からいなくなるわけではありません。何十年も体の中に潜伏しており、年をとったりして免疫が低下すると「帯状疱疹：つづらご」として発症します。



ウイルスは、神経節の神経に沿って皮膚や神経を攻撃しながら増え始め、皮膚への攻撃によって水ぶくれなどのブツブツが現れるとともに、神経への攻撃によって強い痛みが起こります。皮膚症状は、体の左側か右側のどちらか片方にあらわれます。胸や背中などの胴体部分に特に多くみられ、ひたいなどの顔面にもよくできます。

頭部や顔面にできた場合は注意が必要です。目に症状が出て視力障害を起こしたり、耳の帯状疱疹で顔面神経の麻痺を起こしたりすることがあります。

帯状疱疹の対応のポイントは、ウイルスが皮膚や神経に与えるダメージが少ないうちに、つまり症状が出たら早いうちに治療を始めることです。早く治療を開始すれば、ウイルスの増殖を抑え、皮膚の炎症や痛みが重症化するのを防ぐことができます。

また、神経に傷が残り、長期間にわたって痛みが消えない「帯状疱疹後神経痛」が残るのを抑えることもできます。



# 目玉いきいきライフ

目玉いきいきライフのコーナーでは、  
目の健康に関する情報や、  
耳より情報（眼科だけどっ）をお届けします。



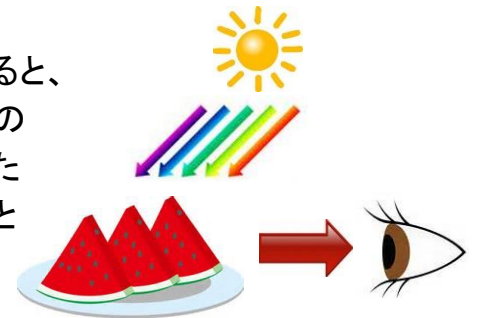
## 色のしくみ～なぜスイカは赤いの？～

これからの時期、真っ赤なスイカがとてもおいしい季節になりますね♪

では、なぜスイカは赤いのでしょうか？真っ暗なところでは、物の形や色はわかりません。ものの色がわかるには、光のエネルギーが必要です。光のエネルギーには紫・青・緑・黄緑・黄・橙・赤の七色があり、すべて混ざると白に近い色に見えます。太陽の光や電球などの光がそうです。

ものが太陽や電球などの光のエネルギーを十分に受けると、ものは光のエネルギーの中から一部の色を反射し、そのほかの色を吸収します。私たちが見ているものの色とは、反射した方のエネルギーの色を認識しているからです。真っ暗なところで、ものの色や形がわからないのは、光がないために、ものが光を反射していないからです。

真っ赤なスイカは、太陽や電球などの光のエネルギーを受けると、そのうち赤い色の光のエネルギーだけを反射します。それ以外の光のエネルギーはスイカが吸収してしまいます。こうして反射した光のエネルギーだけが私たちの目に届いて、真っ赤なスイカだということがわかります。



けれど、光のエネルギーだけ届いても色はわかりません。

目にはそのエネルギーを感じるための細胞があり、脳が色を認識しているのです。（次号へ続く）



## ティーブレイクでホッと一息♪

今月は「ジャスミンティー」をご紹介します。ジャスミンはモクセイ科の植物で小さく白い花を6月から11月の夏の時期に咲かせます。緑茶や烏龍茶などベースになる茶葉に、ジャスミンの花弁やつぼみの香りをまとわせたり、ブレンドしたりしたものをジャスミン茶と呼んでいます。飲むと口の中がさっぱりして、消化を助ける働きがあるので、脂っこい食事の後にぴったり。また、ビタミンC・E、ミネラルが豊富で美肌作りにも効果的。女性ホルモンを整える作用もあり、肌荒れや生理痛が

## アイスコーヒー はじめました♪ 目玉いきいきライフ！



### 編集後記

夏がやってきました！お子さんはプール授業が始まり、やはり目に注意が必要です。充血・めやになどの症状が出たら受診しましょう！また、日差しが強いこの時期、サングラスやUVカットのコンタクトレンズで、目の日焼け対策を心がけましょう！

ビビ・ブッチ・まめちよ