



2022年8月号

## 検査室だより

夏の朝、夜明けごろに窓を開けると涼しい風を感じます。昼の暑さがウソのようです。気持ちのいい一日の始まりです。「夏は夜。月のころはさらなり。」と「夏の夜推し」の清少納言とは意見が食い違いますが・・・。

夏になると気になるのが腕のプヨプヨ。そして夏といえば、なんと言っても「汗」が気になります。脇の下に汗染みができたりして「いやだなあ。恥ずかしいなあ。」と思うこともあるのではないのでしょうか。恒温動物である人間は身体機能を正常に動かすために体温を一定に保つ必要があります。その重要な役割を担っているのが「発汗」です。汗をかくことで体温を調節し身体にこもった熱を放出します。しかし、中には手のひらの汗でスマホが反応しなかったり、持っている書類が破れたりなど日常生活に支障が出るほどの汗をかくことがあります。これとって



明らか理由もないのに手のひらや脇、頭や顔など特定の部位に集中して汗をかく場合は「原発性局所多汗症」の可能性あります。原因のわ

- \* 最初の症状が25歳以下で出た
- \* 体の左右で同じくらい汗をかく
- \* 睡眠中は発汗が止まっている
- \* 週に1回以上多汗の症状が出る
- \* 家族も同じような症状がある
- \* 日常生活にも支障をきたす

からない局所的な発汗が6か月以上認められ、その上で、左のような症状が2つ以上当てはまる場合に多汗症と診断されます。汗が気になると答えた人のうち、1割くらいしか受診していません。保険適用になった有効な薬も出ています。悩まず一度皮膚科に相談してみてください。甲状腺異常などの他の病気が隠れていることもあるのでぜひ受診をお勧めします。

下火になってきたと思ったコロナ。私たちが嘲笑うかのように「ぐんっ」と一気に第7波がやってきました。浮かれていた気持ちも萎えてしまいました。

夏なのに……。いま一度気持ちを引き締めて生活するしかなさそうです。もう一度みんなで頑張りましょう。



公衆保健協会 検査室

