

放射線

全ての物質は目に見えない粒子(原子)からできていますが、原子の中には不安定な状態で存在し、自然に壊れて安定した原子に変わるものがあります。このときにエネルギーをもった電磁波や高速の粒子が放出されますが、これらを放射線と呼びます。放射性物質とは放射線を放出する物質で、放射線を放出する能力を放射能といいます。放射性物質はもともと地球上に岩石などの形で存在し、それ以外にも、宇宙空間で生まれたエネルギーが地球上の酸素や窒素に衝突することで日々生じており、放射線は宇宙や地上、空気中、食べ物の中など身近なところにあるものです。また、放射線は特殊な性質があり、レントゲン写真を撮る技術、医療器具の殺菌、遺伝子組換えの技術などに応用されています。

このように放射線は様々な分野で利用されていますが、放射線を浴びすぎると健康に悪影響をおよぼすことが分かっており、人への影響度はシーベルト(Sv)という単位で評価されます。具体的には1年間で100〜200mSvの放射線を浴びた場合、癌になるリスクが1.08倍になるといわれています。ちなみに、癌になるリスクは野菜不足で1.06倍、肥満で1.22倍、喫煙で1.6倍高まることわかっています。

通常日本人が浴びている放射線量の平均は年間1.5mSv(1500μSv)で、世界平均では2.4mSv、放射線量の多いブラジルは10mSvです。なお、100mSvより少ない放射線を浴びた時の健康への悪影響はよく分かっています。これは、長い年月をかけてがんの発

生率の調査をしてても、がんは様々な原因でなるため、100mSv以下の放射線量の影響のみを見分けるのが難しいからです。

放射線への対策として、国は1年間に浴びる放射線量が20mSvに達すると見込まれる地域を計画的避難区域として管理しています。また、飲食物は放射性物質量の厳しい基準に合格したもの以外は出荷できないため、健康に悪影響を与える可能性のあるものが市場に出回ることはありません。



食中毒



私達の身の回りにはいろいろな毒が存在しています。生活必需品においても、間違った使い方をすれば毒となるものがあります。毒のあるものは化学物質、細菌、カビ、キノコ、植物、虫、貝、魚、爬虫類などさまざまです。このうち、化学物質以外はずべて細胞からできており、いわば生物です。生物の持つ毒は多様であり、誤った対処をすると命に関わる場合もあります。

生物の持っている毒

最近では生活スタイルの変化から、食中毒は季節を問わず発生するようになりまし。食中毒は通常、有害物質を含む食品を摂取することで発生し、嘔吐、腹痛、下痢、時に発熱を伴う急性胃腸炎、急性神経麻痺等の症状を引き起こします。日本では、「食中毒患者」を食品衛生法によって「食品、添加物、器具若しくは容器包装に起因して中毒した患者若しくはその疑いのある者」と定義しています。食品衛生法では、細菌性(黄色ブドウ球菌、病原性大腸菌など)、化学性(鮮度の落ちた魚等が原因となるアレルギー様食中毒)、自然毒(毒キノコ、フグ毒、カビ毒など)食中毒に分類しています。何

でもあり、その毒素に汚染された食品を食べると食中毒が起こります。このため、調理時の衛生管理、殺菌・消毒の徹底が必要です。臭いや味が変わった食べ物は避け、生食には気を付けましょう。

虫や爬虫類の場合は刺されたり、咬まれたりすることで毒が体内に入ります。適切な応急処置と速やかな治療で救命できることが多いのですが、アナフィラキシーショックという命に関わるアレルギー反応が起こることもあるため軽視できません。

キノコは毒キノコとの見分けが付きにくいいため、誤食事故が多く発生します。野草や山菜など植物の場合でも、不十分な調理や食用となる植物との誤食による中毒事例がたびたび発生します。他にも、青梅は加工せずに食べる胃の中でシアン化水素(青酸ガス)が発生するため、生食は控えましょう。

魚貝類の毒の中では、フグの持つテトロドトキシンが有名でしょう。ただし、テトロドトキシンはフグだけ

かを食べて健康を害した場合、広義の食中毒と考えますが、患者が感染源となり、さらに感染を広げてしまいうような場合は「経口感染症」として対処し、さらなる感染を防ぐ必要があります。例えば、ノロウイルスが原因の食中毒は、感染症としての側面と食中毒としての側面を持っています。しかし、何れにしても食中毒の基本的な予防策は、食前、調理前に手を洗うこと、しっかりと加熱し、できるだけ早く食べることです。また食器使用後は直に洗浄し、スポンジは熱湯消毒し乾燥させることも重要です。

けが持っているものではありません。食用ではありませんが、タコやカニの中にもこれを持つものがあります。これらの生物は食物連鎖の結果、体内にテトロドトキシンを蓄えるようになったといわれています。

この地球上には、ボツリヌス毒素やテトロドトキシンのように加熱しても分解されない、あるいは解毒法がない毒は数多く存在します。毒から身を守る手段として、「毒のありそなものに触れない、近づかない、おいを嗅がない、口にしない」とを知っておきましょう。

毒のありそなものに



体質改善 漢方相談 ダイエット 処方せん 美容エステ

あさひ薬局

開成本店
 どんなことでもお気軽にお電話ください。専門のスタッフが丁寧にお応えします。

TEL:0120-44-0346
 0120-44-0346
 佐賀県佐賀市開成3-5-42
 TEL:0952-33-0346
 FAX:0952-33-0341
 営業時間:AM9:00~PM7:00
 定休日:日曜・祝祭日

ホームページは
こちら

あさひ薬局開成店