

スキルアップアドバンス 問題集 (3)

提出期間：

5月20日(水)～27日(水) 正午12時

キャンペーンコード配布期間：

5月28日(木)もしくは29日(金)

キャンペーン期間：

5月28日(木)～6月4日(木) 正午12時

Zoom 解説配信：

6月2日(火) 15時～、19時～(各回約40分)

※ 配信アプリ『Zoom』の導入方法については
アプリ、メルマガの案内、もしくはメンバ
ーサイトの資料ページをご確認ください。



好中球



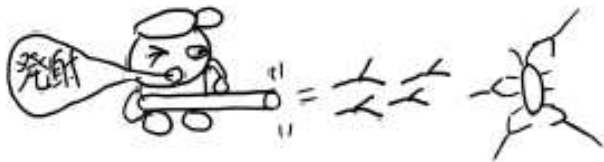
マクロファージ



ヘルパーT細胞



B細胞



キラーT細胞



樹状細胞



NK細胞



マスト細胞



レギュラトリーT細胞



日本を含めいろいろな国が、薬の開発をしています。

そろそろある程度の効果が出てくるものが登場してきましたが、日本は、去年の1月だけでインフルエンザで1,600人以上の方が亡くなりました。

1日平均50人以上の方が亡くなっています。

薬もあってですよ！

他の年は、2017年1月は 770人

2018年1月は 1092人

徐々に増えていっているのが不気味です。

アメリカではインフルエンザで亡くなった方が去年12,000人ほどです。

コロナウイルスは、風邪でいえば、今のところタチの悪い風邪という感じがします。

そのうち、コロナウイルス抗体をたくさん持っている方が増えれば、落ち着いてくる可能性が出てきます。

ここ数ヶ月、日本国内でのコロナウイルス感染者が16,337人

死亡者は769人

東京はコロナウイルス感染者累計 5,053人

大阪はコロナウイルス感染者 1,770人

(数値は全て2020年5月18日12時現在)

ウイルス感染に感染しても軽い症状で終われるようにしたいものです。

免疫の仕組みを勉強して対策を立てていきましょう。

スキルアップ問題

最近コロナウイルスのニュースや解説に『サイトカインストーム』という言葉が出てきます。

どうも免疫が暴走するようなことを言っています。

『免疫が暴走する』とは免疫細胞のどれが起こしやすいのか、なども考えられるようになれば感染症も理解できてきていると思います。

まず免疫力にはチームプレーのような動きがありましたね！

3つパターン名を書いてみましょう。

((1)) 免疫 (古くからある免疫)

((2)) 免疫 (新しい免疫)

((3)) 免疫 (新しい免疫)

次に、下記の中から () に当てはまるものをそれぞれ1つ選んでください。

(リンパ球、好中球、マスト細胞、コロナウイルス、自然)

ニキビや膿が一番出やすくなる免疫チームがあります。
それは ((4)) 免疫といいます。

原因は、白血球の ((5)) が出す活性酸素や、(5)が細菌等をまるごと食べることで、その白血球が死んでしまって死骸が膿になります。

ニキビで化膿したものと、ただの赤い湿疹のようなものとの違いは、免疫細胞のそれぞれの働きによる炎症の結果が皮膚に違いを出したといえます。

どちらにしても、皮膚の一部が盛り上がっていたら中に水分があるので、
((6)) が関わってきている可能性が高いです。

では次に、ニキビに対してはメンタル面で言えばどのような方に起きやすいと想像できますか？

下記の①～④中から『これだ』と思うものをいくつか選んでください。
(7) ()

- ① 毎日ストレスで時間に追われていて寝不足気味だ。
- ② 毎日心拍数の上がる運動をハードにしている疲れも溜まってきている。
- ③ 毎日好きなことをして過ごしている。
- ④ 貧血で疲れやすいとよく感じる。

上記の理由として考えられるのは、(5)の免疫細胞が増えるときホルモンの作用も大きく働きます。

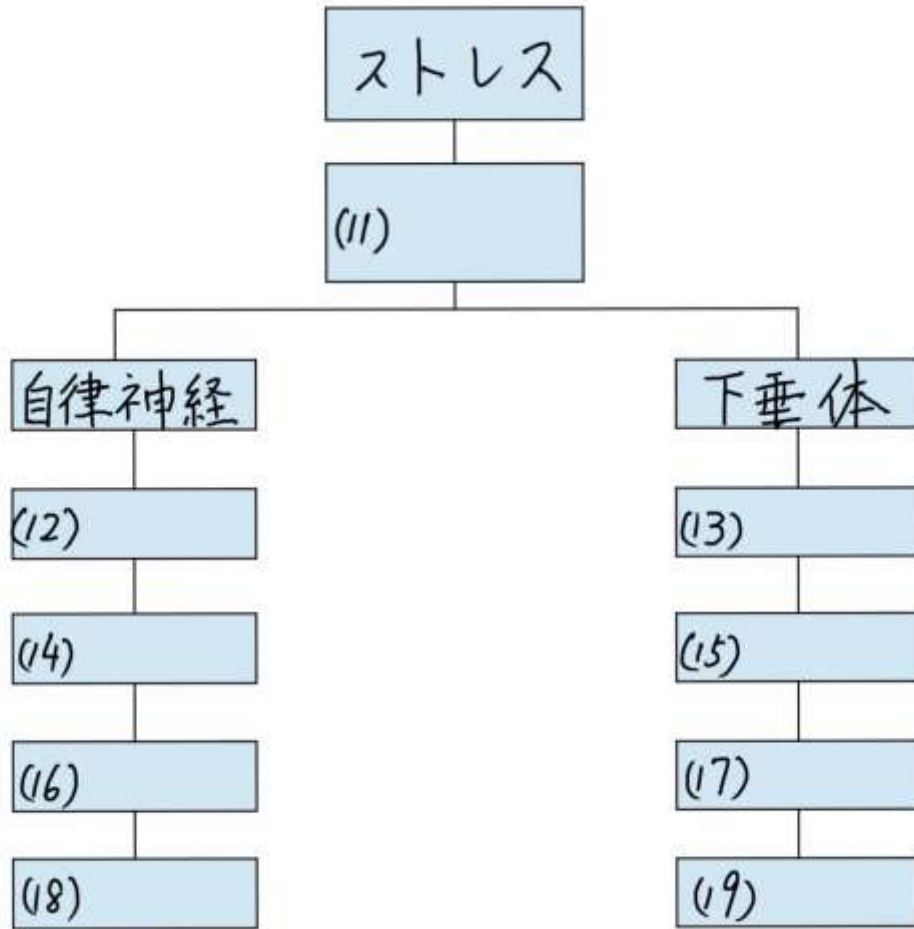
そのホルモンとは、((8) ())といい、白血球の中で(8)の受容体を持っている顆粒球の働きを強くするので、顆粒球が増えて((9) ())が減ります。

顆粒球が増えすぎた場合、アクネ菌などの細菌だけでなく体内の有益な常在菌にも攻撃が拡大し化膿性の炎症が胸や背中や口内等にまでひろがってしまう場合が出てきます。

さらに顆粒球は((10) ())をまき散らして組織の破壊も起きます。

((10) ())を体内で最もつくるのは顆粒球で、シミなども顆粒球が((10) ())をたくさん出した場合、美白やUVケアだけでは追いつかない場合も出てきます。

カッコ内を下記の番号から選んで埋めてください。
重複してもかまいません。



- A, アドレナリン・ノルアドレナリン、
- B, エストロゲン
- C, 副腎皮質
- D, 顆粒球
- E, 副腎皮質刺激ホルモン
- F, リンパ球
- G, 視床下部
- H, コルチゾール
- I, 副腎髄質
- J, 交感神経

『神経がストレスを受けて疲れている』とかカウンセリング中に話したことがあると思いますが、神経の流れがわからないと免疫反応は難しいです。これから頑張って覚えていきましょう。