令和8年度　9月

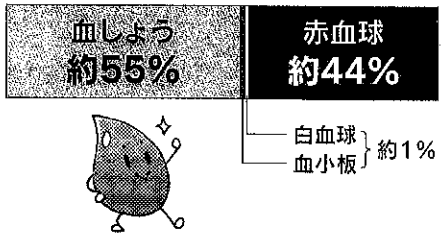
ほけんだより

社会福祉法人
明の守福祉会

体の中を流れる 血液

血液は、わたしたちの体のすみずみまで流れながら、生命を維持するための、さまざまな働きをしています。血液の成分や、どのような働きをしているのかを見てみましょう。

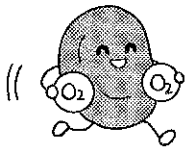
血液の成分と働き



血液は、液体成分（血しょう）が約55%、細胞成分（赤血球など）が約45%です。わたしたちの体を流れている血液の量は、体重の約7～8%になります。赤血球などの細胞成分には、それぞれ寿命があり、いつも新鮮な血液が流れています。

赤血球

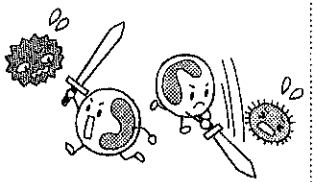
酸素や二酸化炭素を運ぶ



全身の細胞に酸素を運びます。酸素を届け終わると二酸化炭素と結びついて、肺に送られます。

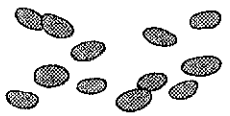
白血球

さまざまな異物と戦う

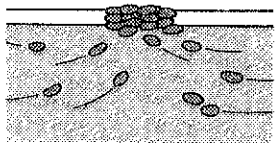


体内に侵入したウイルスや病原菌などのさまざまな異物と戦い、感染症などを防ぐ働きをしています。

血小板



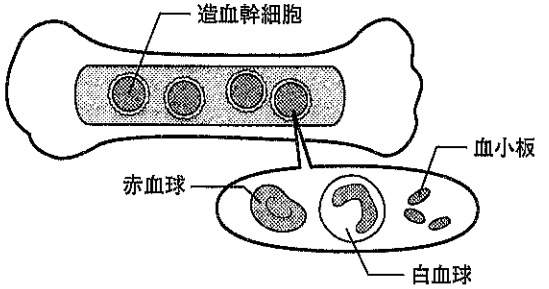
出血を止める



けがをして血管が傷つくと傷口に集まり、止血するなど、血管のメンテナンスの働きをしています。

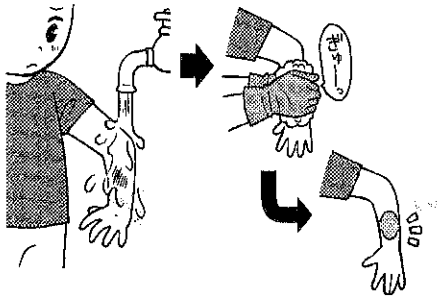
血液はどこでつくられているの

赤血球、白血球、血小板などは、骨の中心部にある骨髄に蓄えられている造血幹細胞からつくられています。同じ細胞が変化してできていますが、それぞれの役割は異なります。



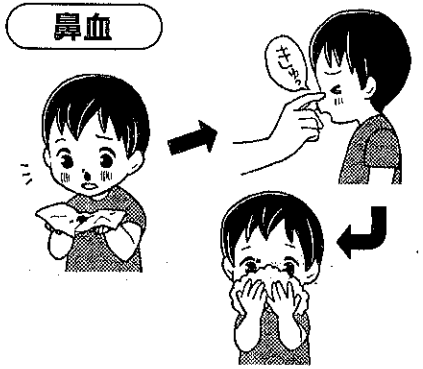
血が出た時の日常的な応急手当

すり傷・切り傷



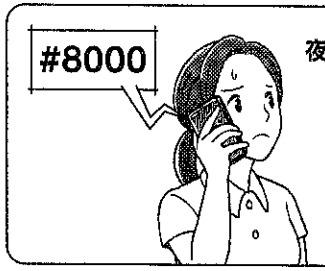
傷口を流水で洗い、清潔なガーゼなどで水気を拭き取ります。出血がある時は、清潔なガーゼなどを厚めに折りたたんで傷口に当て、手や指で約5分間強く押さえて止血します（ビニールの手袋などを使用して、血液に触れないようにします）。その後、ばんそうこうなどで傷を保護します。

鼻血



出血の程度を確認します。座らせて、軽く下を向かせます。小鼻をつまみ、3分以上、強く圧迫します（この時に口をあけて呼吸させます）。その後、安静にして、ぬらしたタオルなどで冷やします。

頭を打った後の鼻血は、脳などへの影響が心配されるので、病院を受診しましょう。



夜間や休日に 子どもの症状に困ったら

夜間や休日、子どもの体調が悪くなった時に、どう対処したらよいのか、病院へ行った方がよいのか悩む場合があると思います。そんな時には「#8000」に電話をかけると、医師、看護師からアドバイスを受けられます。

監修 順天堂大学 医学部 名誉教授　坂井建雄先生