



## 気象変動と健康との関係

異常気温や大洪水など大きな気象変動がおこっており、災害や社会問題になっています。同時に、災害被害にとどまらず、われわれの健康へ影響や病気の発症への影響が報告され関心が高まっています。

気象の変化の影響によって生じる、あるいは気象の変化によって悪化しやすい病気が認知されています。これらを総称して気象病と呼ばれています。

また、病気とはいえ体調不良や気分の落ち込みの原因としても気象の変化が関係することが示唆されています。気象病は、大きな気象変動とともに、将来的にもより大きな問題となることが予想されます。

(気象病の例)

天気痛とよばれる慢性痛、喘息、心疾患、花粉症、熱中症など多岐にわたります。

日本生気象学会HPより抜粋

## 気象病って何？

気象の変化によって症状などが悪化する病気を「気象病」と呼びます。めまい・狭心症・低血圧・喘息（ぜんそく）・うつ病などのもともとの病気があって、気象の変化で悪化することを含みます。気象病の中に、天気痛と言って、天気によって出たり消えたりする痛みがあります。これは、普段から痛みの原因を持っている人で、頭痛・首や肩の痛み・関節痛・交通事故のあとのムチウチの痛み・過去の怪我や手術による傷あとの痛みなどが、気圧が低くなることで悪化します。

例えば、関節リウマチの患者では気圧の変化と関節の痛み・腫れは関係しているといった報告があります（京都大学の疫学研究）。

気象病と呼ばれる病気の原因は、心理的ストレスを含めて、私たちの意志とは関係なく働いている「自律神経」にあると言われてしています。この自律神経には、心身の活動を高め痛みにも関与している「交感神経」と心身を休める「副交感神経」のふたつがあります。気象の変化でふたつの神経のバランスが崩れ、交感神経が優位になると、頭痛などが起こります。天気痛の原因は、気圧の低下が身体のバランスや聴覚に関係する内耳の気圧センサーで感知され、交感神経が優位になって、痛みが生じると言われています。

治療は、めまい・狭心症・低血圧・喘息・うつ病といったもともとの病気があれば、しっかりとその病気を治療することが重要です。さらに、気象の変化によって悪化した場合は、天気痛の原因は耳にありますので、めまいなどの症状に対しては内耳に作用する薬乗り酔い止めのような薬を使用します。気象病の治療は、可能であれば症状が軽いうちから行った方がよいでしょう。

奈良県医師会HPより抜粋