

振動障害、白ろう病とは・・・

白ろう病とは、チェーンソーや、ドリル、電動ハンマーなどの強い振動を伴う工器具を用いる人に発症するいわば職業病です。手足の血管が収縮する事で起こる、血管性運動神経障害で、手指や腕のしびれ、関節の変形や、骨が硬化を起こす場合があります。皮膚がろうそくのように白くなることがあります。その見た目が、ロウソクのロウのようであるため、「白蠟病」と呼ばれています。

検査方法は、自覚症状や機能検査によって実施します。皮膚温測定や爪圧迫テスト、握力測定などを行います。的確な検査の手段として、局所冷却による指動脈血圧の変化の測定が有望視されています。

日本においては、明確な治療法は確立されていません。しかし、症状を和らげることができます。症状が出る部分のマッサージや、温熱療法をすることで楽になります。厚生労働省ではガイドラインを発表しています。1 回の連続操作時間は最大で 10 分までですが、求められています。10 分作業したら、10 分間中断する様にして下さい。振動対策で、防護手袋を着用するなどして、発症しないよう、気を付けましょう。

流行前にインフルエンザに備える

11 月頃から広がり始めるインフルエンザは、大流行したり、命に関わる合併症を引き起こしたりする恐れがあります。感染を防いだり、重症化させないためには、普段からの対策が大切です。インフルエンザの影響による死亡者数は、年間で 1 万人前後と推定されています。予防策として、ワクチンの接種、食事で免疫力を高める方法があります。疲れやストレス、気温差、睡眠不足、栄養不足などによって免疫力が落ちると、ウイルスに感染するリスクが高くなります。ウイルスの増殖を防ぐために、部屋の温度は 20～25℃が望ましいそうです。食事は高たんぱく、低脂肪の物を中心に、ビタミンを多く摂り、水分補給を忘れない事です。体の免疫力を強化しておくことが大切です。具体的な食事のポイントをあげてみます。

- ① タンパク質で免疫力強化→鶏肉・豆腐・大豆製品・赤身の肉・魚・卵・牛乳
 - ② ビタミンAで粘膜を保護強化→レバー・ウナギ・銀だら・人参・かぼちゃ・ほうれん草
 - ③ ビタミンCで攻守両面を強化→さつまいも・もやし・しょうが
- これらを気にかけてながら食べることで、インフルエンザ対策になり、病気に負けない体になります。元気に作業出来るように、気を付けましょう！

依田林業新聞

発行所

(有) 依田林業
塩山事務所
総務部

人生の深さは、
失敗した数によって決まる
今月の一言

災害事例報告

かかり木の状態を確認しない
で、かかり木を元玉切りしたところ、かかられている木の枝が折れて落下し、被災者の頭部に激突した。

防止対策

- 禁止事項「元玉切り」をしない。
- 処理作業は 2 人でする。
- 胸高直径 20 cm 未満で外れそう
な場合、フェリングレバー、ター
ニングストラップ、ロープ等を使
用する。
- 胸高直径 20 cm 以上で外れそう
な場合、けん引具等を使用する。

