

さわやか便り 10月

～指に挟むあの機械について～



今回のテーマは、指に挟む「あの機械」についてです！

新型コロナウイルスが流行したときに、購入された方もいらっしゃるかもしれませんね。

● 機械の名前はなんて言うの？

パルスオキシメーターと言います。

● 何を測っているの？

血液は酸素を運んでいます。

血液が酸素をどのくらいしっかりと運んでいるかを数値で表しています。


● もう少し詳しく！

「経皮的動脈血酸素飽和度」を測っています。「SpO₂（エスピーオーツー）」とも言います。

血液中にヘモグロビンという成分があります。ヘモグロビンは酸素を捕まえて全身に運びます。

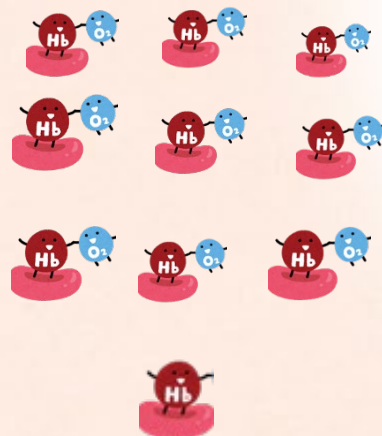
この酸素を捕まえたヘモグロビンの割合を「動脈血酸素飽和度」と言います。

皮膚の上から測るので「経皮的」と言います。

右の図では10個のヘモグロビン(Hb)  のうち

9つが酸素(O₂)  を捕まえています。

この場合、「動脈血酸素飽和度」は90%となります。



● 正常値はいくつ？

96～99%が正常値と言われています。

これより少ないと、身体の酸素不足が考えられます。

90%未満になると、リハビリをお休みしたり、休憩したりします。

● 低くなる原因は？

色々ありますが、肺炎・気管支喘息などで低くなります。

※ 正常値でもヘモグロビンの量が少ないと（貧血・出血など）酸素不足になります。

割合であり、量ではないことに注意してください。

今回は リハビリ宇野が担当いたしました。

10月に入りました。朝・夜と寒くなってきました。

夏の疲れが出る時期です。体調管理には十分お気を付け下さい！

