



小学校6年生では、人や動物の体のはたらきについて実験や観察を進めていきますね。さて、人や動物が「生きている（生命を維持している）」というのはどんな状態なのでしょう。

## 生きているしるし～バイタルサイン～

医師が、生命維持を判断するてかりに、「バイタルサイン」というものがあります。バイタルサインとは、英語で「生きている(vital)しるし(sign)」という意味で、脈や呼吸、体温、血圧、意識などいろいろなものがあります。

### バイタルサイン～脈

ドラマなどで、医師がが脈をみたりしている場面を見たことがあるでしょう。?

脈は、生死を判断するひとつの手がかりになります。病気になった時に脈のリズムが乱れたり、年れいや体力、運動によってもいろいろと変化します。測るときは、手首の内側や首筋(耳の下あたり)にそっと人さし指・中指・薬指を当てて測ります。



### バイタルサイン～呼吸

浅くて速い(回数が多い)呼吸や、あえぐようなリズムの呼吸は、生きる力が弱っていたり、からだに異常があるときのサインだったりします。回数とともに、そのリズムや強弱も手がかりになるようです。



### バイタルサイン～血圧

血圧とは、血液が心臓からおし出されたときに、血管にかかる圧力のこと。子どものころは、心臓の力が弱いので、血圧は低く、大人になるにつれて、高くなっていきます。

血圧は低すぎても、高すぎても、体の調子がよくない状態です。低すぎるときは心臓が弱っているのかもしれないし、逆に、高すぎるときは血管の壁が固くなっていたり、詰まっていたりする可能性もあります。(文責：玉村かおり)

