

文部省選定

うすい血

——婦人と貧血——

カラー 29分 ￥170,000

企画 (財)予防医学事業中央会

監修 順天堂大学教授 古谷博

千葉大学教授 内田昭夫

製作 桜映画社

対象 中学・高校・成人

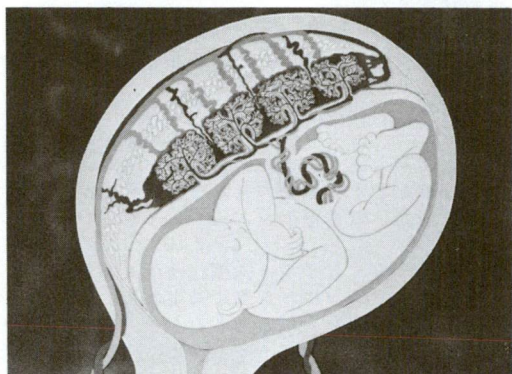
用途 保健体育・婦人講座

《製作意図》

最近赤十字献血にきた150万人のうち、「男性では1.4%、女性では実に22.7%が貧血」という報告がある。貧血、つまり「うすい血」で輸血にも使えないのである。

貧血は病気ではない。しかし異常なので放っておくと、息切れ、目まい等、日常生活に支障をきたすだけでなく、女性の場合、異常出産をひきおこす原因にもなる。

この映画は、改めて貧血の実態と恐しさを知っていただき、貧血をなくするにはどうしたらいいのか、その予防と対策を科学的に明らかにしている。とくに婦人の一見をすすめたい。



★母体と胎児との血液のつながり



★働く農村婦人の50%が貧血だといわれる

製作

株式
会社

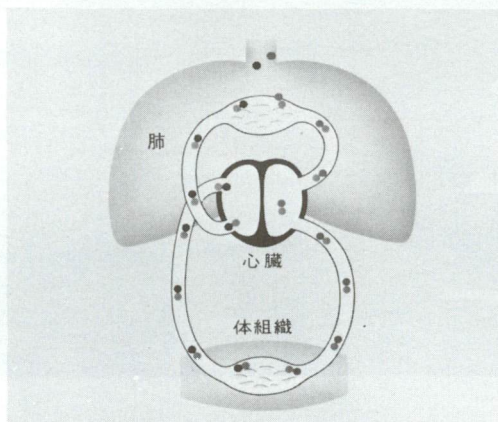
桜映画社

東京都新宿区西新宿1-22-1

スタンダードビル TEL (342)5768

〔取扱店名〕

配給



人体の血液循環のしくみ

日本、ことに農村には貧血が多いといわれてきた。従来は、この原因が鉤虫（十二指腸虫）によるものといわれていたが、国でもこの点に着目、昭和三十八年より六年間にわたって、農山村を中心に鉤虫病特別対策を実施した。この対策は成果をあげ、鉤虫は減少した。しかし調査をしてみると、農村の貧血状況は解決されず、その原因は鉤虫以外の他にあるものと思われるにいたった。

この映画は、貧血のメカニズム、労働、栄養からみた社会的成因の解明にスポットをあて、明確にそれを浮彫りにしている。また人間の健康に対する価値感を、あらためて考えさせる格好の素材をもっている。

あらゆる価値の中で人間の健康こそは最高であると価値づけられた今日、健康増進への基本的理解をえるためこの映画が大きな価値あるものと考え、あえて推薦する。
(千葉大学名誉教授)

内 容

1. 献血車から見た貧血者の実状

献血は健康に自信のある人たちが参加するのですが、こういう人たちの血液の中にも、基準以下の重さしかない、貧血気味で赤血球が異常に少ない血液の人がとくに女性に多い。中でも思春期から更年期にかけての女性に目立ちます。

農村では女性の約半数近くが献血基準に達しないという驚くべき報告があります。

2. 貧血の症状

貧血は外部から見ただけでは判りにくく、またそれと自覚することも少ないのですが、多くの農家の主婦たちが訴える「疲れやすい、息切れ、動悸、頭痛、目まい、耳鳴り」などの症状は貧血による場合が多いのです。貧血が慢性的にすすむと、「顔色が青白くなり、皮膚が荒れ、老けやすく、まぶたの裏や唇の色が悪くなり、爪等も赤味が失われ、ひび割れたり」します。放っておくと、取り返しのつかない病気の原因にもなります。

3. 血液の成分と働き

血液は、周知のように、半透明の血漿と赤い赤血球とからなっています。その赤血球中に含まれる血色素の働きで、血液は体中の組織に酸素や栄養を送り、代りにいらなくなった炭酸ガスや老廃物を受け取る大切な役目を果しています。血色素の成分である鉄が、酸素と結びつきやすい性質を持っているからです。

4. 貧 血

もし単位量の血液中に含まれる血色素の量が少くなれば、当然酸素の量も少くなり、体の要求する量の酸素を供給するために、心臓のポンプ作用が激しくなり、それでも間に合わなくなれば体の酸素が不足してきます。この酸素不足が、息切れ、頭痛等の症状をひきおこすのです。

ですから、単位量の血液中に占める赤血球の割合——赤血球容積比——が問題になってきます。その割合が高い血液ほど、たくさんの酸素を運ぶことができるわけで、ふつう健康な人では37%以上でなければなりません。それ以下は「うすい血」——貧血と判断されます。

5. 貧血の原因

貧血の原因にはいろいろありますが、血色素を作る材料である鉄の摂取不足によるものが最も多いと言われます。

女性特有のものとしては、月経による出血、妊娠があります。妊娠中は、胎児側の栄養分の要求は母体よりも優先するので、どうしても母体は貧血になりやすいのです。

過酷な労働による疲れも貧血の原因になります。動物実験によっても明らかのように、激しい運動の後には、赤血球の量が減るからです。

農家の主婦の場合、長時間の労働に加えて、間に合わせの食事による栄養の不足、その上妊娠と特に貧血の要因は多いと言えます。

6. 貧血の対策

貧血を防ぐには、まず、鉄分——栄養を十分にとることです。農家の食事は、仕事に追われてどうしても間に合わせになりがちです。鉄分の豊富な動物性食品、貝や海藻類、大豆製品、緑黄野菜をとることを心がけることが大切です。

次には過労を避けることです。機械化が進んだとはいえ、農作業の他に家事労働が加わる農家の主婦は、休む暇もありません。休憩時間をきちんととること、食事の準備の時間だけ農作業を早く切りあげること。など、周囲の人の協力と理解が必要です。

保健衛生映画シリーズ

鉤虫—十二指腸虫の生態	カラー	27分
成人病問答	黒 白	31分
スポーツの科学	カラー	19分
人間誕生	カラー	27分
初めての赤ちゃん	カラー	20分
案ズルヨリ生ムガ易シ	カラー	25分

製作スタッフ

製作	村 山 英 治
脚 本 }	田 中 徹
演 出 }	
撮 影	山 本 駿
照 明	今 村 弘 行
解 説	平 光 淳之助