

ニ知識

死後も爪が伸びる？

物語や映画などで、死後も爪や髪の毛が伸びるといった話を聞いたことがありますか？でも、「ありえません」と入澤さんは話します。「死亡すると、水分が抜けて皮膚が縮むので、伸びたように見えるかもしれませんが……」

切らないでいるとどうなる？

爪は伸びるとぐるぐる巻きになります。物をつかむことが爪の役割ですから、本来の機能は果たせません。

動物の爪は、切らなくてもなぜ一定に保たれているのでしょうか。それは、動いているうちに大地や木などこすられて、ちょうどいい長さになるから。ヒトは二足歩行を始めて生活様式が変わってからは、爪を切らなければならなくなったんですね。

健康のバロメーター

健康な爪の色は淡いピンクです。病気になる時は爪の色が変わり、厚みや形なども変化します。内臓が悪い時には、足の爪を含めた20本すべてに変化が表れます。すぐに病院に行きましょう。

健康な爪を保つには

内臓の病気がなく、爪が弱くて割れたりする時には、爪の乾燥を防ぐことが大切です。爪の表面からは水分が常に蒸発しています。クリームやオイルで保湿するよう心がけましょう。

マニキュアの除光液は、爪の水分を奪ってしまうため、頻りに使うのは避けましょう。せっけんを過度に使った手の洗すぎにも注意が必要です。

また、最近では大人に限らず、「巻き爪」の症状で受診する子どもが増えているそうです。「いっぱい歩いていれば、下から圧力がかかるので巻き爪の予防になります」。履きやすい靴を履いて、たくさん歩きましょう。

◇お話を聞いた人 東京医科大学皮膚科学講座助教授 入澤亮吉さん

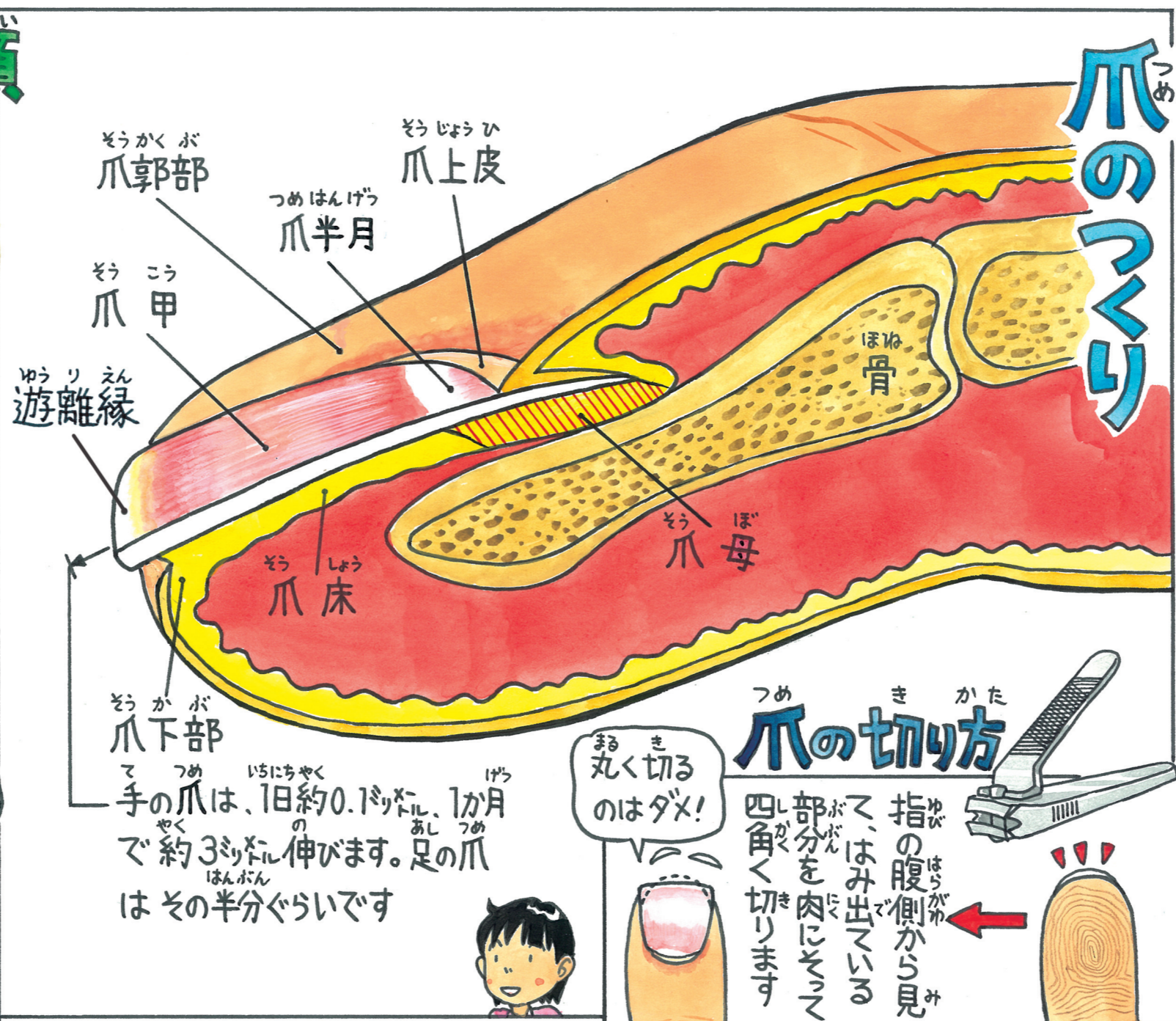
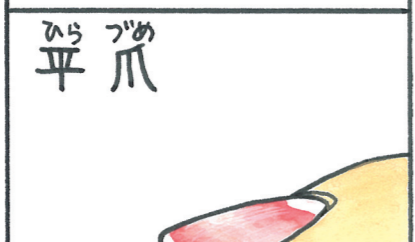
◇参考にした本 『人のからだ』(学研教育出版) マンガで理科 きょうのなぜ? 全6巻が借成社から好評発売中です

今後取り上げるテーマ

- 夜遅くに食べると太る?
- こうじの働き
- 美白成分って何?

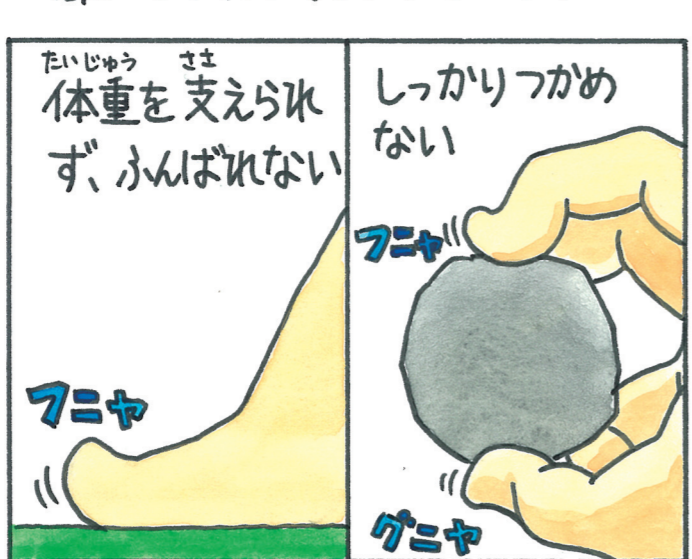
*月の最終週はお休みします

爪の種類



もし爪がなかつたら…

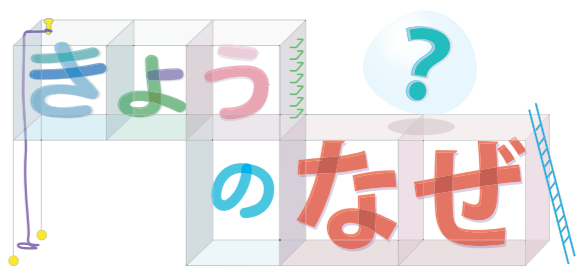
指先の骨のない部分に力が伝わらず、フニャフニャしてしまい、指先をうまく動かせられなくなってしまう



爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形・変色は原因の多いよ	爪の変形・変色は原因の多いよ	爪の変形・変色は原因の多いよ	爪の変形・変色は原因の多いよ	爪の変形・変色は原因の多いよ
爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ
爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ
爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ	爪の変形や変色は原因の多いよ

角化した細胞の積み重なり

爪ってこんなにかたいのに、どこから生えてくるのでしょうか。どこからどこまでを、爪と呼ぶのでしょうか。爪の不思議を追いました。【井上志津】



爪は、皮膚の表皮の角質が変化して、かたくなってできたもので、「爪母」という部位でつくられています。爪母は爪の根元にあり、表面からは見えません。約1〜2ミリの大きさを、細胞分裂が活発に行われ、爪をつくりだします。

爪はたんぱく質の一種「ハードケラチン」でできています。爪母で分裂・生産されたケラチン細胞は、上の層へと移動し、核がなくなつて死にます(角化と言います)。この死んだ細胞が、カチカチに積み重なったものが「爪」です。

爪の健康のために、カルシウムを取った方がいいと言われたことはありませんか？

爪は、骨ではありませんから、誤解です。爪母から成り立っています。

爪の厚さは約0.3〜0.8ミリで、爪郭部の角質とつながっています。爪上皮は爪甲の上に伸びている薄い皮膚のことで、爪甲と密着し、爪と皮膚の間には細菌が入り込まないようにしています。

爪は、一般に「爪」と呼ばれる板状のかたい部分である爪甲と、その周囲を取り囲む爪郭部、爪甲を作り出す爪母、爪甲を支える爪床部から成り立っています。

爪甲の厚さは約0.3〜0.8ミリで、爪郭部の角質とつながっています。爪上皮は爪甲の上に伸びている薄い皮膚のことで、爪甲と密着し、爪と皮膚の間には細菌が入り込まないようにしています。

爪甲の根元にある爪半月は、乳白色に見える、爪甲が伸びて爪床から離れた先端の遊離縁は不透明に見えます。これは爪に含まれる水分の量の差によるものです。爪床部から爪甲には絶えず水分が補給されているので、爪甲は透明です。

爪母から押し出されているだけ

爪は生え伸び続け、そのスピードは20歳ごろに最も速く、指の爪で一日に0.1ミリとされています。足の爪の速さは、指の半分と言われています。爪の場所や季節によってま

爪の役割は、物をつかむ時の支えになることです。指の先まで骨はありませんから、もし爪がなければ圧力が逃げてしまい、指はふにゃふにゃとなって物がつかめません。指先を保護するのにも役立っています。

形は動物の種類によって違い、平爪、かき爪、ひづめの3種類があります。ヒトや霊長類の多くは平爪で、細かい作業をするのに適しています。爪があるおかげで、いろいろな作業ができるようになったのです。

役割は物をつかむこと

爪の役割は、物をつかむ時の支えになることです。指の先まで骨はありませんから、もし爪がなければ圧力が逃げてしまい、指はふにゃふにゃとなって物がつかめません。指先を保護するのにも役立っています。

形は動物の種類によって違い、平爪、かき爪、ひづめの3種類があります。ヒトや霊長類の多くは平爪で、細かい作業をするのに適しています。爪があるおかげで、いろいろな作業ができるようになったのです。

指の爪で一日に0.1ミリ

このページの感想、意見をお聞かせください。小学館で授業にお使いになるためにPDFファイルもあります。新聞は在庫があれば提供致します。なるべく前もってご連絡ください。毎日小学生新聞編集部「きょうのなぜ?」係(電話03-3212-3274、ファクス03-3212-2599)へ。毎小購読のお申し込みはフリーダイヤル0120-4680-012へ。