



しゃっくりが出るのはどうして

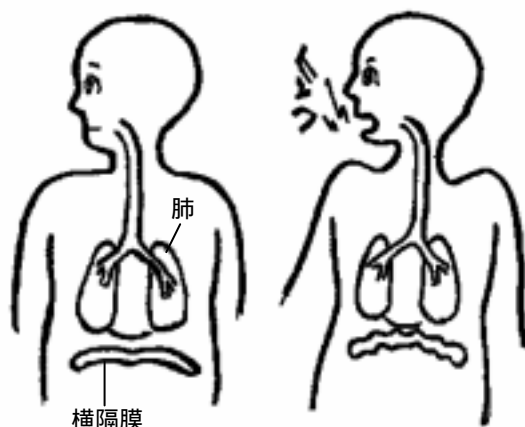
しゃっくりが起こるのは

しゃっくりは、横隔膜がけいれんして起こります。横隔膜は、肺の下にある筋肉でできた膜です。

しゃっくりは、ふつうは、熱いものや、冷たいもの、からいものなどを飲みこんだときに、よく起こりますが、胃や食道などの病気が原因で、起こることもあります。

横隔膜が急にけいれんして、縮んだ状態になるため、急に息を吸う状態になり、空気が声帯の閉じたところを通るため、「ヒクッ」という音を出します。

しゃっくりは、横隔膜のけいれんで起こります



しゃっくりを止めるには

しゃっくりが続くと、苦しくて困りますね。

しゃっくりの、確実な止め方はわかっていませんが、鼻をつまんで冷たい水を飲むとか、できるだけ長い時間、息を止めるなどで、おさまることがありますので、ためしてみましよう。しかし、たいていの場合、自然におさまってしまうことが多いようです。

「しゃっくり」の世界記録は

アメリカのオズボーンさんは、29歳のときにはじまったしゃっくりが、96歳になるまで止まりませんでした。なんと、68年間も続いたことになります。(監修・保志 宏)

