



## せきが出るのはどうして

### ごみを外に出すため

せきは、空気を吸いこんだときに入ってきたごみを、外に出すために出るので

す。わたしたちが吸いこんだ空気は、気管や気管支を通して体の中（肺）に入っていきますが、ここには「せん毛」とよばれる、とても細かい毛が生えています。せん毛は、空気と

いっしょに入ってきたごみをくっつけて、のどの上の方へ送り返す役目をしています。しかし、たまにそのはたらきがうまくいわず、せん毛にごみがついたままになっていると、脳から命令が送られ、息を強くはいて、ごみをふきとばそうとします。これが、せき

### かぜを引くとせきが出るのは

かぜを引くと、鼻の穴のおくや、気管や気管支などの空気の通りみちが、かぜのばい菌のために、はれたり荒れたりして、そこから、

たくさんの鼻水やたんなどが出てきます。それらが、空気の通りみちのねん膜（ねばねばしたしめったうすい膜）をしげきするため、せきやくしゃみが出ます。そして、ばい菌や鼻水、たんなどを外に出すため、呼吸がしやすくなるのです。（監修・保志 宏）

