



はなぢで 鼻血が出るのはなぜ

はな けっかん やぶ 鼻の血管が破れるため

鼻血とは、鼻の中の血管が破れて血が出たものです。鼻の中は、ねんまくといううすいまくでおおわれており、ここの血管はとても細いため、鼻くそをほじるのに、鼻の中に指を入れてひっかいたり、鼻を強くぶつかけたりすると、血管が破れて鼻血が出るのです。

た はなぢで チョコレートを食べすぎても鼻血が出る

鼻の中をひっかいたり、鼻を強くぶつかけたりするほかに、チョコレートを食べすぎたりすることで、鼻血が出ることがあります。

これは、チョコレートにふくまれている、カフェインが原因です。チョコレートの中には、少しですが、カフェインが入っています。カフェインには、人間の神経を興奮させるはたらきがあるため、チョコレートを食べすぎると、体が興奮するのです。

体が興奮するというのは、体の中の血めぐりがよくなることです。チョコレートを食べすぎて体が興奮すると、鼻の中の細い血管にも、いちどにたくさんの血が流れこむことになります。そのため、鼻の中に傷がついたわけでもないのに、鼻の中の細い血管が破れてしまい、鼻血が出ることがあるのです。（監修・保志 宏）

