

1. どうしてせきがでるの？

せきは体を守る防衛機能です

ちょっと古くなったものを食べて吐いてしまったり、下痢をしてしまった経験はありませんか？人の体には有害なモノを見つけると体外に出してしまおうとするはたらき（防衛機能）が備わっていて、嘔吐（おうと）や下痢（げり）もそのひとつなんです。

同じように、のどの奥から肺までの空気の通り道（気道：きどう）に備わった防衛機能がせきなんです。私たちは肺で酸素を取り込んでいますが、外の空気をそのまま呼吸しているために気道に異物が入り込んでしまいます。小さな異物は気道で分泌されている粘液にからめとられ、タンとして口から捨てられます。ホコリだけでなく、細菌や毒物などが肺から侵入するのを防いでいるのです。また、気道を強く刺激する大きな異物や有害な物質が入り込むと、瞬時に排出しようとしてせきが出ます。煙を吸い込んでしまったり、飲み物や食べ物が間違って気道に入ってしまうと激しいせきが出ますが、気道の防衛機能が働くからなんです。

