



上田薬剤師会 発

薬剤師の

ちょっと薬に立つお話

YAKUNI
TATSU
OHANASHI
VOL.112

Vol.112

地域の皆さんの健康のために
さまざまな活動をしている
上田薬剤師会から、
健やかな毎日をつくるために
ちょっと役立つお話を
お届けしていきます。

毎月「第2土曜日」の
週刊うえだを、どうぞお楽しみに!

新年のご挨拶

あけましておめでとうございます。

いつも「上田薬剤師会発 ちょっと薬に立つお話」をお読みいただき、ありがとうございます。

去年は、毒物劇物取扱者試験準備講習会、薬草ハーブに親しむ会など、地域の皆様に向けた事業をオンラインにより開催いたしました。また、当会会員による、ワクチン接種の分注作業、新型コロナウイルス感染予防研修会などを実施しました。本年もこれまで以上に地域の皆様に寄り添い、身近で信頼される薬剤師として活動していきたいと考えております。

上田薬剤師会は、地域住民の皆様の生活や健康に、ちょっとでもお役に立てる最新の情報を、この紙面を通じて発信してまいります。本年もどうぞよろしくお申し上げます。

令和5年
一般社団法人 上田薬剤師会
会長 飯島 康典



〈特集〉 流行の季節です

季節性インフルエンザ

新型コロナウイルスの予防対策もあって、ここ数年は流行が見られなかったインフルエンザ。しかし今シーズンは、流行する可能性が高いと言われ、新型コロナとの同時流行も懸念されています。あらためてインフルエンザについて理解しましょう。

インフルエンザの歴史

科学的に確認されているインフルエンザ流行の歴史は1900年前後からです。中でも1918年から流行した「スペインインフルエンザ(スペインかぜ)」は、世界の罹患数5億人超、人口の3~5割が感染したとされ、死者数は2~4000万人、疫病史上有数の大被害となりました。日本でも人口の約半数が罹患し、約40万人の死者が出たといわれています。

インフルエンザの特徴

「インフルエンザウイルス」に感染することで、**38度以上の発熱や頭痛、関節痛、筋肉痛、全身倦怠感などの症状が比較的急速に見られるのが特徴**です。あわせて**普通の風邪のような、のどの痛み、鼻汁、咳などの症状も見られます**。お子様ではまれに急性脳症を、ご高齢や免疫力の低下している方では二次性の肺炎を伴うなど重症化することがあります。

インフルエンザもかぜも新型コロナウイルスも、初期症状が似ているため、区別がつきにくいことがあります。このごろは**インフルエンザと新型コロナウイルスの感染を同時に調べるキット**の販売が解禁されました。購入の際には薬剤師から使い方の説明を受ける必要があります。詳しくはかかりつけ薬剤師・薬局にご相談ください。

インフルエンザの対策

【流行前のワクチン接種】

インフルエンザに関してはワクチンが発明されて以来、重症者・死亡者が激減しました。感染を完全に阻止する効果はありませんが、感染しても発症する可能性を低減させる効果と、発症した場合の重症化防止に有効とされています。コロナのワクチンと同時接種が可能です。

【外出後の手洗い】

流水やせっけんによる手洗いは、手指などについたウイルスを物理的に除去する有効な方法です。引き続き、習慣にしてください。

【適度な湿度の保持】

空気が乾燥すると、気道粘膜の防御機能が低下し、ウイルスに感染しやすくなります。室内では加湿器を使用するなど、適度な湿度を保ちましょう。

【十分な睡眠・休養とバランスの取れた栄養】

体の抵抗力を高めるために、日ごろから心がけましょう。

【人混みへの外出を控える】

外出時はマスクをし、人混みに行かないなど、ウイルスを寄せ付けないようにしましょう。

【こまめな換気】

新型コロナ対策でも叫ばれてきましたが、季節を問わず、十分な換気は有効です。

【治療薬の投与】

現在日本では、数種類の抗インフルエンザウイルス薬があります。タミフル、リレンザ、イナビル、ゾフルーザなど。

高熱を下げるためといって解熱剤を安易に使用するのはやめましょう。インフルエンザ脳症を引き起こす危険性があります。詳しくは、かかりつけ薬剤師・薬局に相談してください!

はい、お答えします!

Q. 抗原検査やインフルエンザの検査は鼻をグリグリやりますが、なぜですか?
(上田市常磐城 30代 男性)

A. 検体にはウイルスが多く含まれているほうが検査の精度は高くなります。一般的にウイルス感染の際、ウイルスは口の中よりも鼻の中の方が現存量が多いとされるため、医療機関では鼻腔のさらに奥(鼻咽頭)からの検査が行われています。ただ、自分で検査を行う場合は、粘膜を傷つけてしまい、鼻出血のリスクもあります。鼻が詰まった状態、もともと鼻腔の狭い方など鼻咽頭からの検査が向かない方もいます。検査キットによっても異なるので、詳しくはかかりつけ薬剤師・薬局にご相談ください。

このコーナーでは毎月、読者の方からの質問に薬剤師がお答えします。お薬に対する素朴な疑問、質問、なんでもお寄せください。

宛先 | **ハガキ** 〒386-0012 上田市中央6-3-41
週刊うえだ「はい、お答えします!」係
メール weekly-ueda@po3.ueda.ne.jp
FAX 0268-22-6201

健康やお薬に関するお悩み・お困りごとは何でも、かかりつけ薬剤師・薬局に、お気軽にご相談ください!

