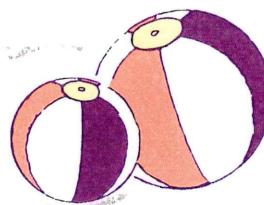


紙ふうせん



第108号
2019.12.25

薬を飲み始めて2~3日経っても熱が下がらない時やのどの痛みが強くて水分がとれない時、1~2週間後に顔のむくみやおしっこが赤いなどの症状が出てきた時は再度受診してください。

治った後でも繰り返しかかることがあります。症状が見られたら早めに受診するようにしましょう。



★家庭で気をつけること★

◎食事：やわらかい、消化の良い食べ物にする

のどに刺激の強いもの（酸っぱいもの、熱いもの、辛いもの）は避ける
食べるのがつらい時は、水分だけでもしっかりとる

◎入浴：熱が下がれば問題ないが、長湯をしない

身体が温まるとかゆみが増すことがあるので、温度に注意する

◎学校・保育所：受診日と翌日は休んだ方が良い

抗生素質を飲み始めて24時間以降、全身状態がよければ可能

◎予防：手洗いとうがい、手指消毒、マスクの着用が有効
家族が感染した時は、タオルや食器などを共用しない



子どもに多い病気ですが、大人が感染することもあります。症状が出ずに治ることが多いですが、発症すると子どもより重症化したり合併症を起こしやすくなります。ストレスや過労、睡眠不足などで体力や免疫力が低下している時に感染しやすいので注意してください。周囲へ感染が広がる恐れもあるので、単なる風邪と自己判断せずに、早めに医療機関を受診しましょう。

(北西)



レンコン



レンコンは穴が開いていることから、「見通しがきく」とおせち料理によく使われる秋から冬が旬の食材です。

主成分は、糖質（でんぶん）であり、他にもポリフェノールの一種のタンニンを含みます。レンコンの切り口が黒くなるのは、タンニンによるものであり、消炎作用や止血作用があります。また、抗酸化作用があるビタミンCを多く含み、レモンの果実と同じぐらいだと言われています。更に、カリウムや鉄、銅、亜鉛といったミネラルや、食物繊維もたくさん含んでいます。

おかげで一品栄養豊富なレンコン料理を加えてみませんか？

(矢野)

いちご薬局 かりん薬局 すみれ薬局
つくし薬局 さくらんぼ薬局 いちご薬局北店

特集

溶連菌感染症

溶連菌感染症は、溶血性連鎖球菌（溶連菌）が原因の病気で、2~10歳の子どもに多い感染症のひとつです。年間を通じて発症しますが、主に冬から春にかけて流行します。感染力が強く合併症も起こしやすいので、注意が必要です。

潜伏期間	2~5日 感染してすぐではなく、しばらくしてから症状が現れてくる
感染経路	◎飛沫感染：咳やくしゃみ等で飛び散った菌を吸い込むことで感染する ◎接触感染：手指や物、食品などについた菌が主に口から体内に入ることで感染する *家族、特に一緒に遊んでいる兄弟姉妹への感染に注意が必要
症状	一般的な風邪とよく似ているが、咳や鼻水の症状がでにくいのが特徴 ◎主な症状：のどの痛み、発熱、首のリンパ節の腫れ ◎3歳以上的小児に見られる症状：舌に赤いツツツができる（イチゴ舌）、 小さな発疹が全身に広がりかゆみがおこる、顔や手が赤くなつて腫れる このほか、嘔吐、下痢、頭痛、倦怠感や発疹のあと手足の指先から 皮がめくれることがある
治療	◎抗生素質が有効：2~3日で症状が良くなってくる 途中でやめると症状が悪化するだけでなく、合併症を引き起こす ことがあるので、必ず最後まで飲みきること 整腸剤が一緒に出ることもある：腸内細菌も攻撃して下痢しやすくなるため ◎症状に合わせた薬：熱やのどの痛みをやわらげる薬など