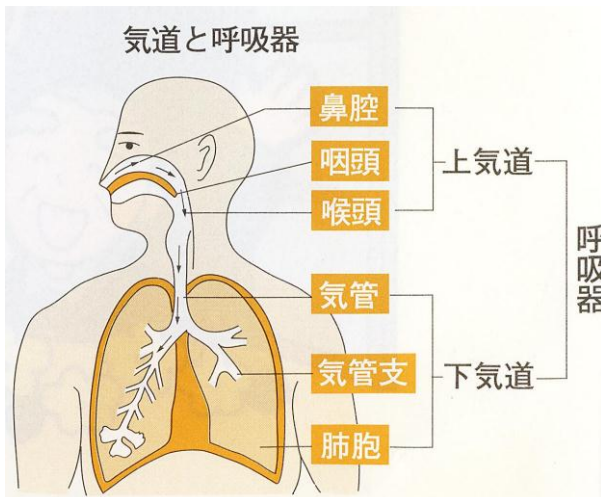




風邪にご注意！

秋も深まってきました。11月に入り、急に冷え込んで日中との温度差が大きくなるこの時期は体調を崩しやすく、それゆえ風邪をひく機会がふだんより多くなることが考えられます。風邪は軽視すると思わぬ病気のもとにもなりますから、今回は風邪を取り上げました。



左は、呼吸器の図です。

風邪は、鼻腔から咽頭までの上気道での感染が多く、7～8割はウイルスによるものと言われます（主な病原体についてはあとで触れます）。

このような気道の感染症のうち、いわゆる「かぜ」に始まり、それに引き続いて起こる一連の気道感染症のことをまとめて「かぜ症候群」といいます。

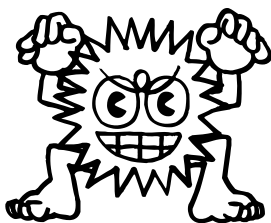
①気道感染症を起こす主な病原体

・気道感染症を起こす主な病原体は、大きく次の3つに分けることができます。

ウイルス	{	ライノウイルス、アデノウイルス、エンテロウイルス	}	→ 重い症状になることが多い
		インフルエンザウイルス		

細菌	{	肺炎球菌	}	風邪に加えてこれらの微生物に感染すると……
		インフルエンザ菌など		

その他	{	マイコプラズマ、クラミジアなど	}	
-----	---	-----------------	---	--



‘下気道’にまで、感染が進みます。つまり、風邪をこじらせることになるのです。＝肺炎や慢性気管支炎にまで発展してしまうことも……

※クラミジアは、家族内感染が起こりやすい。

②風邪の予防は……？

・では、具体的に風邪を予防するにはどうしたらよいのでしょうか。

次の5項目が風邪の予防に対して有効だといえるでしょう。

(Ⅰ) ワクチン………予防注射のこと。インフルエンザウイルスに対して有効。

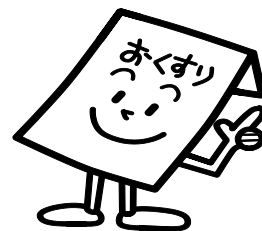
(Ⅱ) 手洗いとうがい………基本的なことですが、とても重要です。

(Ⅲ) 室内の加湿と換気……ウイルスは低温&乾燥を好みます。寒いからといって部屋を閉め切るのはウイルスを飼うようなものですので適度に換気をしましょう。

(Ⅳ) 規則正しい生活と休養……身体の抵抗力が風邪にかかりやすいかどうかを決めます。生活リズムも大事な要素になります。

(Ⅴ) 人ごみへの外出は避ける……人が大勢いるということは、それだけウイルスなどに接する機会が増えるということです。

→どれも当たり前なことばかりですが、その当たり前が風邪をはじめとする病気を予防するのです。



③インフルエンザと風邪の薬

1. 抗生物質(抗菌薬)………ウイルスには無効です！

分類	マイコプラズマ、クラミジア	ウイルス
セフェム系	×	×
ペニシリン系	×	×
ニューキノロン系	△	×
マクロライド系	○	×
テトラサイクリン系	○	×

抗生物質は風邪症候群に伴う咽頭痛や熱、鼻水等に対して肺炎や気管支炎等の二次感染予防として使用されることがありますが、抗生物質は直接にはウイルスに対して効果はありません。

その他、抗ヒスタミン薬(鼻かぜ・風邪のひき始め等)、鎮咳薬、去痰薬、解熱鎮痛薬などが用いられます。

2. インフルエンザウイルスに対する治療薬……発症後 48 時間以内でないと効果なし

一般名	効果のあるウイルス型	剤形
アマンタジン	A型インフルエンザのみ有効	錠剤・細粒
ザナミビル	A・B型共に有効	吸入剤(粉末)
オセルタミビル	A・B型共に有効	カプセル剤、ドライシロップ(小児用)

しいのみ薬局 関市上白金 105-1

☎0575-27-0130

Fax 0575-27-0131

しいのみセンター薬局 岐阜市北山 1-14-27

☎058-241-1818

Fax058-241-1839