



東陽病院 鈴木 健士 医師

ここで少しややこしい話ですが、ウイルスは細菌とは少し違います。乱暴な言い方で言えば、ウイルスの方がやや下

等なものです。しかし悪いことに、現在薬でやっつけることが出来るウイルスというのはいくつもありません。では、風邪薬とはなにをする薬かというと、これはいろいろな風邪の症状を和らげる薬なので

光町の皆さん、こんにちは。今年もこのコーナーで健康についてお話しさせていただきます。いままでは外来の患者さんに多い成人病についてお話ししましたが、今回は成人病ではありませんが、最も多くの方がかかっている「風邪」についてお話しします。風邪とは、上気道（鼻から喉、気管、気管支ぐら）の呼吸する通り道の上の方にウイルスが繁殖する病気で、ウイルスがからだで繁殖することによって熱が出たり頭やからだのふしぶしが痛くなったりします。また、ウイルス感染が胃腸に優位であればおなか痛くなったり下痢したりもします。このような「はらい」も広い意味では風邪と言っているかも知れません。



す。例えば、鼻水が止まる薬とか咳止めや熱さましなどです。薬局に売っている総合感冒薬は、これらの薬を混ぜたものです。しかし、症状をとつてもウイルス自体がどんどん繁殖したら困ると思われる方もいるかもしれません。しかし、ウイルスというのは効く薬はないかわりに、ほとんどのものはからだに勝手にやっつけてくれるのです。ですからそれまでの間、体力を損なわないよう待っていればいいわけです（中には他の病気を引き起こして入院による治療が必要になったり、重症になる場合もありますが）。風邪の時に、抗生物質（細菌をやっつける薬）が処方されることがあります。ウイルスの病気に細菌をやっつける薬というのは少し変ですが、これはウイルス感染に引き続く細菌の感染をおさえるためのものです。これだけではウイルスの感染には無効ですからご注意ください。では、風邪の予防は何をすればいいのでしょうか。こういっても私自身がいつも風邪をひいているのであまり説得力がないのですが、まずはからだを冷やさず、無理をしないことでしょうか。また、気道を乾燥させることは感染しやすい状態をつくるのですから、特に冬の乾燥している時は注意が必要です。暖房中などは特に湿度を保つように注意してください。

健康へのメッセージ

シリーズ⑦

風邪のはなし

予防は、体を冷やさず、無理をしない。湿度を保つこと。

第114回 直木賞作家

小池 真理子さんの作品紹介

- ☆ 深夜のネコ
- ☆ 唐沢家の四本の百合
- ☆ 怪しい隣人
- ☆ 妻の女友達
- ☆ 記憶の隠れ家
- ☆ 懐かしい骨
- ☆ 死に向かうアタージョ

他にも作品がたくさんあります。ぜひ一度読んでみてはいかがでしょうか。

直木賞受賞作

「恋」

★ある夫婦に恋した女性が、夫婦の仲を引き裂いた男を射殺するまでを連合赤軍浅間山荘事件を背景に描いた犯罪サスペンス。



ほんの

森

＝町立図書館＝

休館日(特別整理期間)のお知らせ

図書館では、2月5日(月)から16日(金)まで、館内のすべての資料の整理点検作業を行います。このため、作業期間中は休館とさせていただきます。ご不便をおかけしますがご協力をお願いします。