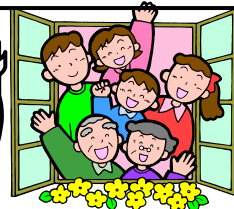


(有)静岡健康企画 ことぶき薬局 TEL055(977)6024 たまち薬局 TEL054(251)1678
ひまわり薬局 TEL053(463)4312 みかん薬局 TEL053(584)2230

新年 明けましておめでとうございます



昨年中もご愛顧いただき、たいへんありがとうございました。私ども薬局では皆さんにかかりやすく信頼していただける薬局を目指し、ことぶき薬局で受け付けカウンターの改装、たまち薬局では新築移転し、新しく明るい薬局づくりに努めてまいりました。

しかしながら医療制度をみると、弱いものいじめの『医療改革法』を通した小泉内閣のあと、更に不安を倍増させる安倍内閣が誕生し、平和を守る大切な憲法を5年以内に変えなければいけないと言っています。

実際私たちの回りでは、県内あちこちの病院・病棟が閉鎖され、リハビリの期限を限定した為に家にこもりきりとなり病状を悪化させる患者様が増えています。世界第2位の国内総生産を誇る日本が、『医療難民』を大量に生み出す国となってしまいました。

一方三島市では、国民保険財政が6億3千万円も黒字となったそうです。これは、皆さんの保険料を値上げしたことと患者一部負担金の増加などから医療機関にかかる方が減ったこと・・・つまり医療難民による医療費削減のためといわれています。当薬局は、民医連に参加する病院・診療所と協力して、いっそう皆さんのいのちを守る砦となるようがんばりたいと思います。

そこで、もうご存知の方も多いかと思いますが、再び後発医薬品(ジェネリック)についてご紹介させていただきます。ジェネリックは特許の切れた新薬と成分は同じで、薬価がおよそ半分になり、皆さんの一部負担金減らして医療にかかりやすくする薬です。これは、皆さんの負担を減らすばかりか、国の医療費も減らすことになる今注目の薬です。民医連参加の病院・診療所では、既に数年前から積極使用しています。他の医療機関では、昨年4月から処方箋の下の方に『後発医薬品変更可』の欄に医師の記名押印があれば、薬局で相談してジェネリックが使えるようになりました。当薬局では、この変更可処方箋を受け付けた場合、積極的にジェネリックに変更し、患者さまからも喜ばれています。皆さんも処方箋をお持ちになる際、この変更可欄をよくご覧になっていただき、是非当薬局にご相談いただければと思います。

薬局職員一人一人は小さな力しかありませんが、皆さんと力を合わせ、安心してかかる薬局づくり、医療をよりよくする運動に努めます。本年もよろしくお祈りします。

こんなときどーする？

家庭でできる 嘔吐・下痢に効く経口補水療法

冬はノロウイルス、ロタウイルスなどによる胃腸炎が流行しやすい季節です。

突然、下痢が始まり、見ると水様便、1日3回以上繰り返す…、時には嘔吐したり、発熱、腹痛を伴う…、これが急性胃腸炎です。

下痢や嘔吐が続くとき、普段よりかなり多くの電解質が失われ、軽度から中等度の脱水症状を起こしやすくなります。この脱水症状を放置すると、痙攣を起こしたり場合によっては生命の危険を招きかねません。したがって、脱水時の適切な対応はとても重要です。

脱水症状のサイン

口の渇き、頭痛、吐き気、めまい、皮膚の乾燥、体温上昇、倦怠感、目がくぼむ、尿が減るなど…

そこで、今回は脱水時の対応として有効な、家庭でできる経口補水療法についてご紹介します

《経口補水療法》

脱水時に不足する電解質を補う為、糖、塩分を含む水分を口から与える方法です。

乳児では哺乳瓶、マグマグなど好みの器で。嘔吐がある場合はスプーン、スポイトなどで1口5mlずつ5分毎に根気強く与えます。

こんな少量でも、10回飲ませたら合計50mlになります。

摂取量を徐々に増やすことで水分補給は達成できます。脱水が改善されてくると、嘔吐の回数も減ってきます。

この経口補水療法は、「下痢の持続時間、入院期間、退院時の体重増加」について点滴での治療との差はなく、むしろ入院期間が短縮傾向にある、という結果が米国の臨床試験で明らかになっていきますし、発展途上国では、経口補水療法により毎日1万人の子供たちの命が救われています。

以下に経口補水液の作り方をご紹介しますので、ぜひ行なってみてください。

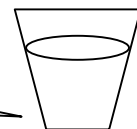
ホームメイドの経口補水液を作る

塩：ティスプーン 2 分の 1 杯強(3.5 g)

砂糖：ティスプーン 8 杯(40 g)

水：1 リットル(1000cc)

～ を混ぜ合わせます。



成分が調整された市販の経口補水液に比べ効果は多少劣りますが、軽度の下痢症には十分有効です。また、市販のスポーツドリンクや、イオン飲料水のみでの補水では、ナトリウムが不足しやすくなりますので適していません。

嘔吐・下痢があるときの絶食は誤りです。絶食は短期間でも腸の粘膜を萎縮させその回復を遅らせることが明らかになっています。