

カゼにかからないために

カゼをひかないように気を付けると言っても多種多様です。

もちろん生活習慣をキチンと行うなんていう、ありきたりな言葉をかけられても、自分で何かをしようしない限りは、なかなか改善できるものではありません。

「クスリで何とかありませんか？」という相談があります。うちは漢方薬を扱って、あれこれ治療をしているので、その人の体重、症状、生活習慣に合ったものがどれかを試してもらっています。

例えば、『冷え』が強い人であれば、『冷え』を改善する漢方薬を飲むと体温まり、気分も良くなり、免疫も上がってカゼをひきにくくなるという事例はたくさんあります。

ハードワークで疲れてだるさがとれない、やる気が出ない、食べられない方には補中益気湯(ほちゅうえつきとう)を試してみましょう。補中益気湯は『インフルエンザの予防効果』に関する科学的データも出ています。

うちでは大人の方や小学生高学年以上のおさんが飲んでいます。

11月-3月まで継続して内服するとカゼをひかないか、ひいても軽く済むことが多いです。私もカゼのシーズンは1日2回内服しています。

小建中湯(しょうけんちゅうとう)という漢方薬があります。これはもともと虚弱体質の方が飲む漢方薬です。

神経性、過敏性、食べられない、食べても太らない等の症状のある方に有効です。小児に限らず大人の方も是非使ってください。この漢方薬は漢方のアメ(膠飴)が入っていますので、甘くて飲みやすいです。

ただ大人の方は1日6包飲まないといけません。



マイコプラズマ肺炎

今年は全国的にマイコプラズマという病原体が流行しています。細菌でもウイルスでもない病原体で一部の抗生物質が有効と言われています。

小児科では10代を中心に肺炎を起こしていることが多いです。

はじめは軽い咳から始まり、次第に発熱を伴い咳が悪化していきます。その後発熱が5日以上続くのもザラです。気がつけば肺炎にまでなっている、という経過が多いです。

聴診器で胸の音を聴いても異常がないのに、レントゲン写真を撮ると肺が真っ白(肺炎!)ってなることがありますので注意が必要です。

次第に低年齢のお子さんにも感染が波及している状況です。もちろん大人の方にも感染しますので、気になる症状があれば早めに受診されることをおすすめします。



お知らせ

小児夜間急病センター当番日 11月11日(金)

19:30-22:30(受付) 場所: 岐阜市民病院にて

休診日のお知らせ 11月16日(水)

院長の都合により、休診します。よろしくお願ひします。