



## ごあいさつ

あけましておめでとうございます。  
今年もよろしくお願ひ致します。  
皆様のお役に立てるように、  
さまざまな情報を発信し、  
うちでできることは一生懸命やる！  
という方針で邁進します。



## インフルエンザにかかったら

### ごく軽症

何もしない。  
自分の免疫力で治してしまいましょう。  
解熱剤なども使わずに治ります。

### ふつうにかかったら

発熱  
全身倦怠感  
咳 など



### 西洋薬

1. **タミフル**(ドライシロップ、カプセル)  
1日2回内服5日間
2. **リレンザ**(吸入薬)  
1日2回、1回2吸入5日間
3. **イナビル**(吸入薬)  
1日1回、10歳以下は1回に1個吸入、  
10歳以上～大人は1回に2個吸入

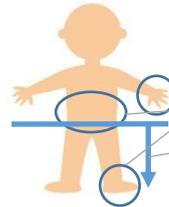
### 漢方薬

1. **麻黄湯**  
(小児を中心に  
大人でも使えます)
  2. **桂枝湯**
  3. **葛根湯** など
- 体質などに合わせて  
変更していきます。

## コメント

西洋薬、漢方薬のどちらを飲んでも解熱する時間は同じです。  
両方を同時に飲んでも早く解熱することもないようです。

## 冷えの漢方薬



### 冷える場所

- 四肢末端 → (38)当帰四逆加呉茱萸生姜湯
- おなか → (32)人参湯
- 腰から下 → (118)苓姜朮甘湯

### 応用

冷えて腰痛  
→ 背部痛  
→ 頭痛

### 月経関連

- 冷え、貧血、むくみ、月経困難、  
月経不順、更年期障害 → (23)当帰芍薬散
- 冷え、しもやけ、湿疹、月経困難、  
月経不順、更年期障害 → (106)温経湯

### 年齢によるもの

- 腰から下の冷え、早期覚醒、夜間排尿、かすみ目  
→ (7)八味地黄丸
- (7)の症状+下肢のしびれ → (107)牛車腎気丸

### 応用

ブシ末を追加することで、さらにパワーアップします。  
ブシ末は年配の方によく使いますが、若年者(特に小児)には使いません。

※まだ他にもいろいろな漢方薬や、その使い方があります。  
今からが一年中で一番冷える時期です。調子良く乗り切って下さいね。



## お知らせ

### 年末年始の休診等のお知らせ

- 1月4日(木) 午前のみ  
5日(金) から通常通りの外来診療をします。  
1月9日(火) は都合により休診します。

### 小児夜間急病センター当番日 1月6日(金)

19:30-22:30(受付) 場所: 岐阜市市民病院にて

### 岐阜市の漢方外来予定日 1月20日(土)、27日(土)

14:00-17:30 場所: 中島小児科(岐阜市鍵屋東町2-1)  
※すべて「院外処方」となります。