



ヘルスアップ ニュース

12月号 [Vol.65] フジカワ調剤薬局

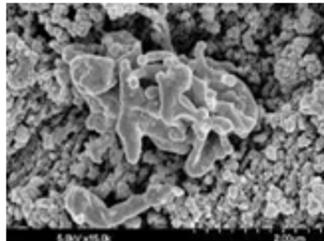
12月号 令和元年 12月1日
発行所 フジカワ調剤薬局
東みよし町昼間923-1
電話 79-2014 FAX 79-2868

『元氣創造』 “健康でイキイキ・わくわく明るい人生のために”

“マイコプラズマ肺炎を知ろう！！” ～オリンピック病～

★マイコプラズマ肺炎とは？！★

マイコプラズマ肺炎とは、細菌とウイルスの中間の性質を持っている病原体の「マイコプラズマ」という微生物によって引き起こされるもので、細菌の「肺炎球菌」が起こす肺炎が「定型肺炎」なら、それ以外の「異型肺炎」の代表がこの「マイコプラズマ肺炎」になります。この肺炎は従来、日本では特に4年毎のオリンピック（夏季）の年に流行が見られる事で有名で、別名「オリンピック病」といわれてきました。何故このオリンピック年に流行するかという点については分かっていない点



マイコプラズマの電顕写真

も多いのですが、病原体「マイコプラズマ」に対する抗体の分布を見ると、4～5年に1回の割合で流行期がある事が分かっており、この流行期がちょうどオリンピックの開催年にあたる事が理由の一つとして挙げられています。しかし、最近では流行に周期性が見られなくなっています。



★症状？！★

症状としてはまず、激しい咳と発熱です。この咳は早朝・起床時・夜間睡眠時に特にひどく、他の症状は消えてもこの咳はなかなか改善せず、発症後4週間近く長引く事もあります。この様に最初は風邪症状で始まるため、一般の風邪との見極めが難しいものなのですが、胸のレントゲンを撮影すると、白い陰影が広がっていることからハッキリと分かります。また症状がさらにひどくなると、髄膜炎やまひ、肝機能障害などの諸症状も併発する恐れがあるので注意が必要です。

★どんな人、どんな時に罹りやすいの？！★

季節的には寒い季節にやや増加傾向があるものの、ほぼ年間を通して見られます。その他、普通の肺炎に比べ子供や若い人に比較的感染しやすく、5～30歳の患者が多い事も特徴として挙げられます。マイコプラズマ肺炎の潜伏期間は約2～3週間。症状の強さにはかなり個人差が見られます。

★治療法！！★

マイコプラズマは生物学的には、細菌に分類されています。しかし大きさはウイルス並みに小さく、他の細菌との最も大きな違いとしては、細胞を外部からの物理的な刺激から守る細胞壁がない事です。そのためペニシリン系、セフェム系などの薬剤では効果がなく、マクロライド系やテトラサイクリン系、キノロン系などの薬剤を使わなくてはならないため、確定診断が非常に重要となります。

★予防法！！★ ～感染拡大を避けるために～

マイコプラズマ肺炎に対するワクチン（予防接種）は今の所存在しません。この肺炎は、倦怠感などの全身症状は比較的軽いため、咳が続いていても身体自体が元気なので、外出したり、学校に通わせる事により集団感染の原因となります。感染の拡大を避けるためには、マイコプラズマ肺炎と診断を受けたら自宅で静養しましょう。マイコプラズマは、ウイルス性の風邪と同様、自分の身体の抵抗力が落ちた時に感染しやすいので、外出後の手洗い・うがい、また食事・運動・睡眠など日頃の健康管理をしっかり行う事で、マイコプラズマ肺炎を予防しましょう。

今月の出来事

薬剤師会三好支部では、今年度も「薬局から地域へ！出かける薬剤師」のテーマのもと、健康サポート『薬剤師出前相談』事業を展開しています。去る11月3日の山城地区を皮切りに、各地域に出向き「お薬の正しい使い方」の説明会とお薬やサプリメントなどの相談を受けております。私も、三好市の福祉・ボランティアふれあいフェスタに参加し、お薬相談を実施しました。数名の方から薬の飲み合わせや飲み方についての相談を受け喜んで頂きました。

これからも、我々が地域へ出かけることにより、多くの住民の方の健康づくりをサポートさせていただき、併せて薬剤師が皆様方の身近な存在になるように、努めていきたいと考えております。

—明笑氣楽—「知って得する雑学」

冬の夕焼けのとき太陽はどこにいる？

夕焼けの美しい季節といえば、秋から冬にかけて。夏のオレンジ色の夕日にくらべると赤みが強く、空一面が茜色に染まるときもある。その理由は、日が沈むときの太陽の位置に関係がある。冬、東京で夕焼けを眺めている頃、太陽はアフリカのマダガスカル島方面の真上あたりに位置している。そこから日本に差し込む光は、ベトナムのハノイの空の上で電離層といわれる超高層の大気圏に侵入して、沖縄の上空を越え、紀伊半島の空を通過して東京に達する。このように大気中を斜めに横切って長い距離をやってくる間に、太陽光線のうち、波長の短い青系統の色は途中で散乱して空を青く見せ、波長の長い赤系統の光だけが日本の地平線近くの空に到達する。このときに、塵が浮かんでいたり雲があつたりすると、それに赤系統の光が反射・散乱して、空が赤く染まって見える。夏より冬の方が赤く見えるのは、より長い距離を通ってくるため、より多くの散乱が起こるからである。



年末は私の運気がアップ？！

先日セブンイレブンへ立ち寄った際、ラッキーな出来事がありました。レジが終り差し出された箱の中のくじを引くと、店員さんから「おめでとうございます！」と、何かと見ると私の大好きな“ポテトチップス”が当たりました！後日、別のセブンイレブンに寄った際にもまたくじを引くと、今度は美味しそうな“フルーツスムージー”が当たりました。主人に喜びを伝えると「しょもな～」の一言。

イヤイヤ、めったに当たりくじなど引いたことのない私が！しかも連続での当たり！もしかして私にも運気がアップしてきているのかも？！なんて…。今年も年末宝くじを初めて買ってみようかなと、ひそかに欲張っている私なのでした。

由紀子

* 12月のイベント情報 *

『今年の漢字』大予想！！

「今年の世相を表す漢字・一文字」を予想してみませんか？皆様が考える2019年にふさわしい漢字・一文字をふるってご応募下さい。

【応募用紙：別紙にて】
応募締切り日：12月11日（水）
発表日：12月12日（木）
ズバリ！
的中賞；当店商品券1,000円分

惜しい！
ニアピン賞；当店商品券500円分
参加賞；粗品プレゼント



◎三好スタンプ2倍セール 毎月第一木曜日・金曜日、開催

『年末謝恩セール』～1年間の感謝の気持ちを込めて～

期間：12月16日（月）～20日（金）

① 10,000円以上お買い上げの方に

シクラメン花鉢 プレゼント！！



② 5,000円以上お買い上げの方に

越前しきぶ姫 特別栽培こしひかりプレゼント！！

ご来店いただいた方には粗品をプレゼント

酒の糟あぶりて食べれば今宵わが
心は和らぎぬしみじみとして

堀江市清 遺歌集より