



## 大人もかかる…

# 手足口病



今年手足口病が過去最多に迫る勢いで流行しています。夏に流行する手足口病ですが、9月以降も潜伏期間で注意する必要があります。

9割は5才以下の乳幼児ですが、ウイルスの種類は一種類ではないので、時に大人が感染することもあります。一般に成人の場合は子供より重症化しやすく、中には40℃近い高熱が出る場合もありますので、予防法や治療法など基礎的な知識をしっかりと知っておきましょう。

### 〈症状と感染期間〉



手足口病という名の通り、口の中、手のひら、足の裏などに、発疹や水疱が出ますが、ウイルスによつては、お尻など全身にブツブツが広がる場合があります。潜伏期間は3〜6日で、熱は37〜38℃程度で、発熱しない場合もあります。1〜3日で解熱しますが、まれに脳炎を伴った重症例もあります。大人に感染した場合は、子供よりも症状が重くなる傾向にあります。手の平や足の裏の皮が子供に比べて大人の

方が、分厚いので、痛みがひどくなり

ます。大人の3割は40℃近い高熱になり、指先へ発疹やかゆみが生じること

で、1〜2か月後に爪がはがれることもあります。

### 〈感染経路と予防〉

咳・くしゃみ・会話などの飛沫感染、手指・食品・物を介しての接触感染、糞便から排出されたウイルスにより口を通して感染する糞口感染、により感染が拡大するので、以下に注意しましょう。



#### ●こまめな手洗い

●咳やくしゃみをする時には口と鼻をティッシュ等でおおう。マスクをする。

#### ●家族間でのタオルの共用を避ける。

●おむつ交換も注意深く行う。便の取り扱いには、使い捨て手袋を使用しましょう。

感染力が強く、隔離させることが望ましいですが、麻疹や水ぼうそうが「出席停止」となるのに対し、手足口病は「出席停止」とはなりません。しかしながら、幼稚園や保育園などの登園目安は、かかりつけ医の診断に従いましょう。

大人が手足口病に感染するのは、ストレスや普段の不規則な生活のせいで、体力や免疫力が低下しているのが原因です。普段から健康を心掛けてストレスを溜めないような生活を送ることが一番の予防法です。

### 〈手足口病のケア〉

残念ながら手足口病には「この薬を飲めば治る!」というような、特効薬はありません。対処療法として口内の水泡にはイソジンうがい薬を使います。重症の場合は、口内炎治療薬を使います。手足の水疱に強いかゆみがあれば、炎症を抑える抗ヒスタミン薬を使い、高熱ならば解熱鎮痛剤を使います。

口の中の発疹が痛むために、食事や水分を取りたがらなくなることがあります。脱水症状を起こさないよう水やスポーツ飲料、経口補水液OS-1、薄めのお茶など、こまめな水分補給を心がけ、柔らかく刺激の少ない、とうふやゼリーなど薄味で、喉ごしのよい食事を意識しましょう。

かゆみを伴う疾患なので、部屋を暖め過ぎたり、直射日光を浴びたりすると、かゆみが増すので気を付けましょう。

こまめな手洗いうがいなどで感染に注意しましょう。おかしいなと思ったら早めに医療機関を受診しましょう。

(認定病児保育スペースリスト参照)

(馬場)



# ご利用満足度 アンケート調査結果

当薬局での「ご利用満足度アンケート調査」にご協力いただき、誠にありがとうございました。ご報告します。

合計708名の方から、ご回答いただきました。今年度より、回答方法を三段階から五段階評価に変更しました。貴重なご意見や、感謝とお褒めの言葉もたくさん頂きました。

全店舗で集計した結果をご報告します。

## ★「この薬局を利用している理由

- ① 病院・診療所から近い 65.7%
- ② かかりつけ薬局だから 47.2%
- ③ 職員の対応が親切 19.1%

今年度より②の「かかりつけ薬局だから」の項目を新設しました。約半数の方に、かかりつけ薬局として認知されている結果でした。

より多くの方々の身近な薬局となるよう、今後も職員一丸となって努力してまいります。

## ★お薬手帳のご感想

- ① 役に立っている 72.7%
- ② 他の薬局にも見せている 21.8%
- ③ 医師に見せている 16.7%

役に立っていると回答された方が、

昨年より9.1ポイント増えた一方で、役に立っていないと回答された方も2.4ポイント増加しました。

お薬手帳は患者様の健康管理に有効です。ご利用意義やその方法についてももっとお知らせしていきたいと考えています。

## ★待ち時間

「とてもよい・よい」が47.5%、「普通」が47%の結果となりました。昨年より向上しました。

今後も安全にお薬を服用して頂くためにお時間を頂く場合もごさいますが、より早く患者様にお薬をお渡しできるよう努力してまいります。

このほかに、各店舗に寄せられたご意見・ご要望等に関しては、店舗ごとに検討していく予定です。

この結果を真摯に受け止めて、これからも、もっと利用しやすい薬局を社員一同、目指してまいります。

これからもどうぞよろしくお願いたします。

(前橋店 高橋)



今年もおおば・コアラ薬局から原水爆禁止世界大会に2名の職員が参加しました。その感想文を2回に分けて紹介します。

原水爆禁止運動は、1954年アメリカによるビキニ環礁での水爆実験で、第五福竜丸などのマグロ漁船が被ばくしたのが始まりです。以来様々な紆余曲折をへて今日まで継続しています。

この大会は、広島市長の言葉をお借りすれば「世界中の誰もが被爆者の体験や平和への思いをうけとめ、核兵器廃絶と世界平和実現への道を共に歩む」ために開催されました。

8月初旬広島での国際会議の後、原爆の日を中心に広島・長崎と2会場で開催されました。参加者は日本各地からにとどまらず、世界各国から代表団が広島と長崎の大会に結集します。

被爆者の方の話や様々な団体の話を聞くことで、絶対悪である核兵器の廃絶について決意を新たに団結し、そして70年経った後でも癒えることのない被爆者や遺族の悲しみや怒りを共有することで世界平和の実現へと歩みを進めます。

今年是被爆70年という節目の年です。70年が経ち、私の参加した長崎は一大観光都市として見事に復興してい

## 核兵器のない世界へ



長崎平和記念像



折鶴とカンパのご協力ありがとうございました

ます。しかしそれだけです。この復興により、被爆者や遺族、被爆二世の人たち、そして長崎の人たちには、戦争で失われたものが戻ってきただけでもなく心が救われたわけでも無いと知りませんでした。8月9日11時2分。鎮魂の鐘が炎暑の長崎の空に響きました。

私たちはこれから何をしなければならぬのでしょうか。(諏訪)

## 編集後記

先日、家族で宇都宮市にある大谷資料館に行ってきました。大谷資料館は、地下30mに広がる「大谷石」の採掘跡です。

その日も暑い日だったのですが、採掘跡の気温は11度で長袖を羽織っていても涼しく感じました。息子の夏休みの自由研究の題材探しに行つたのですが、ライトアップされた神秘的な空間と涼しさが相まって、あまり馴染みがなかったのですが癒されました。

帰りには美味しい宇都宮餃子を食べて、お腹も満たされました。

まだまだ暑い日が続きますが、高速道路を利用すれば時間もそれほどかかりません。涼しい所で癒されたい方にはお勧めの場所です。(吉田)

