

第108号

まちのくすりやさん

今回のおはなし

「おなかが張る」

「アレルギーに関する疾病について」



おなかが張る ストレスも原因

おなかが張る症状「腹部膨満感」の主な原因として考えられてきたのは、①胃や腸にガスがたまる ②おなかに液体がたまる ③腹部の腫瘍などです。

このようなはっきりした体の異変がなくても、胃腸の機能的な問題で「おなかが張る」とか、「もたれる」と感じる人も多い。かつて原因がはっきりしない場合は、「気のせい」と言われることもありました。

今では、ストレスなどによって機能障害が起きる仕組みがわかってきました。胃の場合は、「機能性ディスぺプシア」と呼ばれています。たとえば、食事の途中でおなかがいっぱいになる早期飽満感などが特徴。腸の場合は、「過敏性腸症候群」があります。これらの病気では、近年薬を含めた治療がすすんでいます。

★おなかが張るのが気になるときは

- ①おなかが張っている・・・原因は胃や腸にガスがたまっている場合が多いですが、腹水や腫瘍（しゅよう）など様々な原因が考えられます。
- ②仰向けに寝ておなかをたたくと「ポンポン」と太鼓のような音がある・・・ガスが多くたまると音でわかります。
- ③げっぷがよく出る、炭酸飲料をよく飲む
胃に空気がたまるとげっぷが出やすく、炭酸飲料でおなかが張ることもあります。
- ④食事の途中でおなかがいっぱいになる
機能性の胃腸の病気の可能性があります。
- ⑤便秘気味の状態が続いている。
便秘でガスがたまり苦しくなることがあります。
- ⑥仰向けに寝て体を左右に傾けるとおなかの張りが左右に動く。
腹水がたまっている可能性があり、医療機関の受診をお勧めします。

おなかが張る人の中には、規則正しい生活習慣への改善が有効な人もいます。胃腸の働きには、朝晩のリズムがあるので、うまく整えて生活をするようにして下さい。

プールに関する疾病について

咽頭結膜炎(プール熱)

症状:3~7日の潜伏期の後、4~5日持続し午後より夕方にかけて高くなる39℃ほどの発熱と、喉のはれと痛み、リンパ節のはれなど咽頭炎の症状、それに結膜炎で発症する。

原因:アデノウイルスで、咽頭や結膜の分泌物、大便を介して感染する。

予防:プール水の塩素管理の徹底と、水泳後のうがいと洗眼、タオル、ハンカチ、目薬などを他人と共用しないこと。

※第2種伝染性疾患

流行性角結膜炎(はやり目)

症状:結膜と角膜の炎症で、学童での流行も多い。成人型は発熱などの全身症状が軽く、眼の局所症状が著明である。潜伏期は4~6日で、結膜に偽膜形成と充血が出現し、異物感や眼脂、耳前リンパ節腫脹もみられることがあり、7から10日後に角膜潰瘍まで進行すると失明の危険性もある。全経過は2~3週間であるが、その間は感染能力がある。

原因:アデノウイルス(主に8型)が原因結膜分泌物から感染するが、プール水よりタオルの共用により伝染する可能性が高い。

予防:学校プール閉鎖の目安は、最後の患者発生後2週間で、その間の遊離残留塩素濃度は、2~3mg/lとする。

ヘルパンギーナ

症状:潜伏期(感染から発症までの期間)2~4日で現れ、1~4日間続く38~39℃の発熱と咽頭痛、嚥下痛(飲み込む時の痛み)、それに、口峡部付近の発赤と小水泡が特徴である。ほかに、頭痛、腹痛、嘔吐を伴うこともある。

原因:コクサッキーA群ウイルス

予防:夏カゼ症候群に準じる。

伝染性軟属腫(みずいぼ)

症状:皮膚に、中心部のくぼみとやや白っぽい光沢のある1~10mmの丘疹が現れる。潜伏期は2~6週間である。

原因:ポックスウイルス群による飛沫感染

予防:タオルの共用禁止、更衣室の床等の清掃と乾燥、水泳直後に十分シャワーをする。ビート板やフロートよりうつることがあるが、ビート板などはよく乾燥させて清潔を保つ。

この疾患は、平均6.5ヶ月で自然治癒する。



市制施行35周年記念

平成28年6月4日開催

ヘルシーライフカムカムフェアには、たくさんの皆さまのご参加をいただき、本当にありがとうございました。

(一社) 浦安市薬剤師会

〒279-0004 浦安市猫実1-2-5 健康センター内

Tel 047-355-6812 (月~金:10~15時)

Fax 047-355-6810

メールアドレス toiawase@urayaku.jp

ホームページ <http://www.urayaku.jp/>