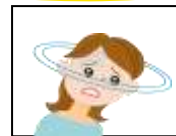


今回のおはなし

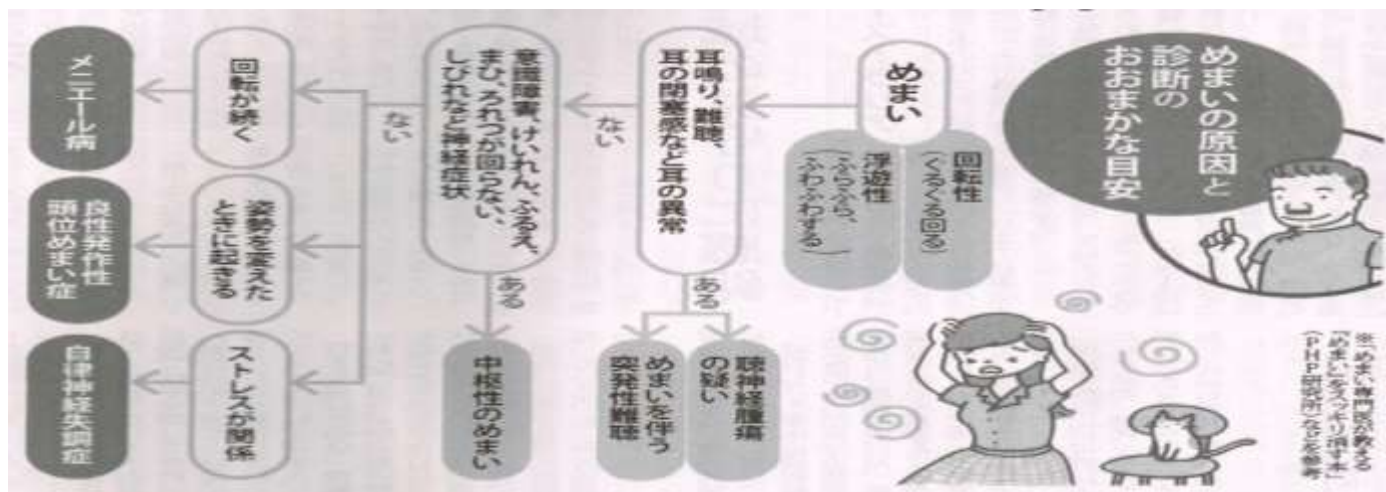
「めまいを見極める」

「自分でできる感染予防」



めまいを見極める

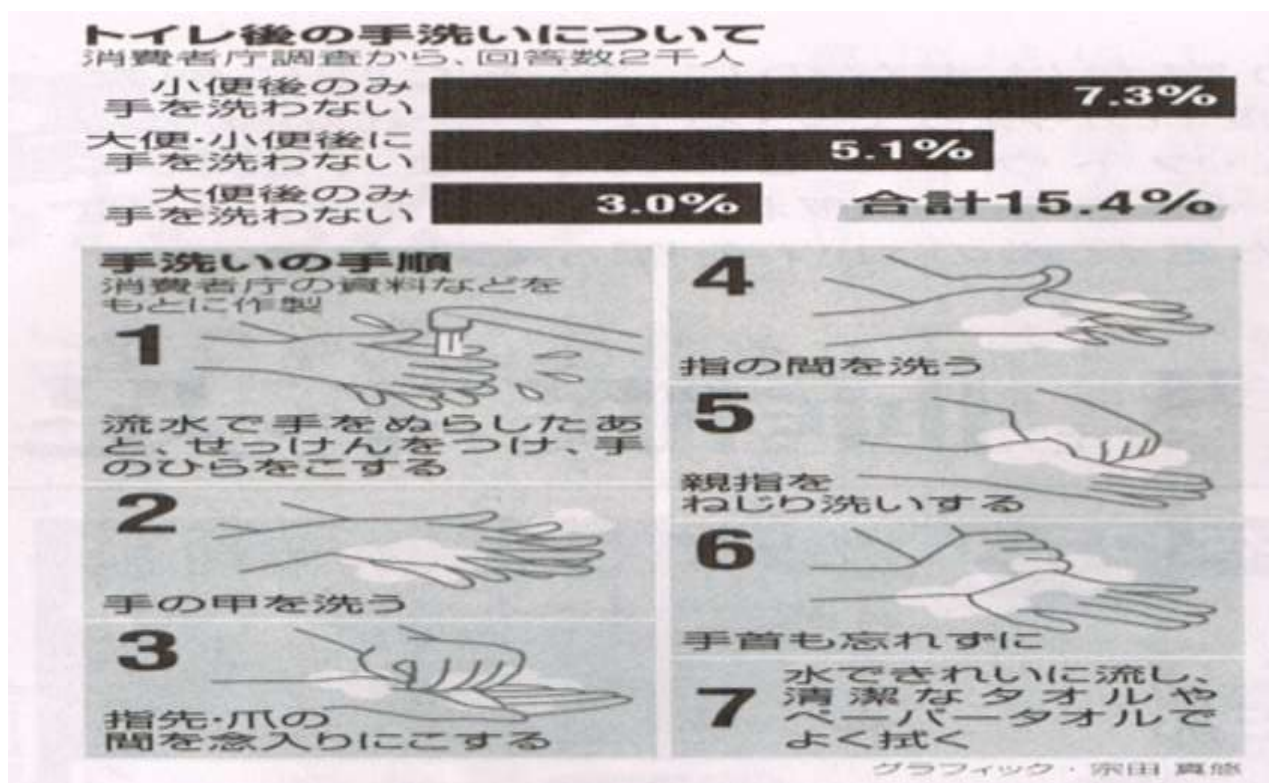
めまいは突然私たちを襲い、不快の底に陥れます。大半は耳の不調からきたものですが、脳に絡んだ病の可能性もあります。大事なのは、症状をよく観察し、詳しく専門医に伝えることです。症状の見極め方をまとめたものを下に示してあります。



めまいに襲われると皆さん驚きますが、症状がめまいだけで、頭を動かさなければすぐにやむのはまず「良性」です。「良性」のめまいは最も症例が多く、自然に治る例も少なくありません。激しい場合でも投薬などで治ることが多いといえます。めまいには、「視野がぐるぐる回る回転性」と「体がふらふらする浮遊性」の2種類があります。めまいのほとんどが「回転性」で、原因については、回転性めまいの約9割は耳からきます。残り1割が内耳を支配する小脳や脳幹の出血、脳梗塞など脳の中枢系が関係しています。めまいを訴える患者のうち、中枢系は65～74歳で10%、75歳以上で26%と、高齢になるほど割合が高くなります。このため、高齢者の患者で明らかな「良性」と判断できない場合、CT（コンピューター断層撮影装置）や、MRI（磁気共鳴画像化装置）で脳の様子を調べます。脳からか耳からなのかを区別するのが難しい場合もあるからです。

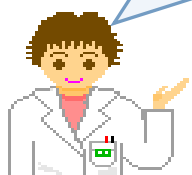
「浮遊性」は、椎骨（ついこつ）脳底動脈循環不全（VBI）いわば脳梗塞の前段階で起きることが多いです。椎骨は、背骨を構成する骨のことです。脳底動脈は、呼吸などをつかさどる脳幹に酸素や栄養を送る役目を果たします。この動脈がドロドロした血で詰まる状態がVBIで、ふらふらめまいが起きやすいです。VBIは、高血圧や糖尿病など生活習慣病の人、心臓に不整脈のある人に起こりやすく、めまいは重い病に至る前のアラームです。ふらふらめまいがしたら、すぐさま脳外科や脳神経科の医師にかかった方がよいでしょう。

自分でできる感染予防



手洗いは個人でできる大事な予防対策です。日ごろの手洗いは重要ですが、どのように手を洗ったらいいかを知らない人もいます。正しい洗い方は、**流水を手でぬらし、石鹸をつけ、手のひら、手の甲、指先、指の間、親指、手首などを洗います。**手を洗う時は、洗うことに意識を集中して、手指のこすり洗いに少なくとも15秒、手洗い全体で30秒は洗って下さい。

【情報】市販薬よりリスクが高い**医療用医薬品**（医師や歯科医師が患者に使用したり、処方したりする薬）を子どもに安心して使えるように、厚生労働省は来年度から、子ども向けの用法・用量の目安や安全に関する情報を明示するための仕組みをつくる。全国から治療データを集めて専門家が安全性や有効性を評価し、その結果を添付文書に記載するように製薬会社に求める。医療用医薬品は、子どもに使う方法や量が示されていないものが多く、医師の裁量任せを改善して副作用を減らすほか、効果的な使用につなげるねらいもある。



（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/>