



冬になると、嘔吐・下痢を伴う感染性胃腸炎が流行ります。感染性胃腸炎とは主にウイルスなどに起因する胃腸炎の総称ですが、「ノロウイルス」や「ロタウイルス」などがよく知られています。これらのウイルスは感染力が非常に強く、周囲に発症者がいた場合、初期の対処法が重要になってきます。予防や対処法のことなら…ファミリー健康相談へ電話してください！ヘルスアドバイザーと顧問ドクターが連携し、安心して対処できるようアドバイスします。

ヘルスアドバイザーから 今月の一言

ハーブ療法

ハーブとは薬草やスパイス等として有用な植物を指しますが、香りや植物の持つ効果を生活の中に取り入れて楽しむことが一般的になっています。そのハーブを用いて、健康の維持・増進、病気の予防、こころと身体の調和、免疫力の強化などを目的に行う植物療法をハーブ療法といいます。西欧では、医療の現場でハーブ療法が取り入れられており、ハーブから抽出した医薬品がありますが、日本ではこれらは「食品（健康食品）」として扱われています。しかし、日本でもハーブ療法を治療の一環として取り入れる医療機関もあります。あくまでも医師による治療の一環として、患者本人の選択と、治療に必要な医薬品との併用が前提となります。一方ハーブにも医薬品との飲み合わせが危険な場合がありますので、治療と並行してハーブ療法を受けたりハーブティーやサプリメントを試す場合は、必ず主治医に相談することが大切です。



ファミリー健康相談では、こんな相談が…

Q: ノロウイルス感染と診断されましたが、治療後症状も改善しました。もう家族に感染する心配はありませんか？

A: ノロウイルスは症状が改善しても2週間程度は便からウイルスが排出されます。しばらくは油断せず、手洗いやトイレの消毒を励行し、家族への感染を防いでください。

Q: 発熱があり、受診の結果インフルエンザA型と診断されました。家族にうつさないかと心配しています。なにか対策はありますか？

A: 咳による飛沫や接触感染で発症の1日前からうつる可能性がありますので、できるだけ隔離するようしてください。また、食事や入浴時間を家族とずらすなど接触を避けてください。

Q: 年末から咳が続き、受診し服薬しているのですが効果がありません。マイコプラズマ肺炎ではないかと心配しています

A: マイコプラズマ肺炎の特徴は、乾いた激しい咳と熱、全身の倦怠感などですが、その症状はないようです。再受診し、不安な気持ちを主治医に相談してみてください。

Q: 大腸がん検診で陽性と診断されました。必ず大腸内視鏡検査を受ける必要がありますか？

A: 痔核の既往歴があり、また1年前に大腸内視鏡検査を受けているとのことなので、問診や内視鏡検査以前の検査結果により内視鏡検査実施が決定されると思われます。主治医とよく相談してみてください。



ご自分の健康、ご家族の健康で気になることがあったなら、ファミリー健康相談に相談です！相談専用電話番号は各健康保険組合のホームページまたは健康保険組合発行の冊子等をごらんください。