

保健だより

足立高等学校 保健室
平成29年10月

10月17~23日は「薬と健康の週間」です。

入学の際に毎年お話していますが、保健室では原則として内服薬は提供していません。それでも、時々「頭痛薬が欲しいのですが」などと来室する人がいます。持病、または頭痛や腹痛等でよく使う薬がある人は、1~2回分持っておくようにしてください。また、薬のアレルギーがある人で、学校に知らせていない人は、必ず保健室に連絡してください。よろしくお願いします。

<守ろう！薬を使うときのルール！>

①薬はぬるま湯か水でのみましよう。

ジュースやお茶、牛乳等と一緒に飲むと、効果が弱まったり、強くなりすぎたり、副作用が出る場合があります。

②病院でもらった薬を人にあげてはいけません。

症状が似ていても、原因が同じとは限りません。また、体質や年齢等を考えて処方されている薬です。他の人が飲むとショック症状がでることも。

③薬には使用期限があります。

市販薬には使用期限があり、期限を過ぎると成分が変化して効果が弱くなったり副作用が起こる可能性があります。古い薬は処分しましょう。また、処方された薬は、その都度使い切ることが基本です。

④副作用？と思ったらすぐに病院か薬剤師さんに相談を！

薬を飲んでいつもと違う症状がでた場合、すぐに飲むのをやめましょう。



気を付けよう、ものもらい(麦粒腫・霰粒腫)

ばくりゅうしゅ さんりゅうしゅ

「ものもらい」は正しくは「麦粒腫」「霰粒腫」といいます。昔、人からものをもらうとこの病気が治る、という迷信があったことから、「ものもらい」と呼ばれているという説があります。



麦粒腫の原因は雑菌で、多くは黄色ブドウ球菌です。黄色ブドウ球菌は、のど、鼻、皮膚、手指、髪の毛などにもいます。身体の抵抗力が下がっている時に目を触ったりこすったりすると、ものもらいができることがあります。

霰粒腫はまつ毛が生えているところにある、マイボーム腺に脂肪がつまることによっておこります。

<麦粒腫>

目がゴロゴロし、まぶたの一部が腫れて、まばたきをすると痛むことがあります。また、目やにがでる、目が赤くなったりかゆみができる等の症状が現れます。

<霰粒腫>

まぶたの中でコロコロとした感じがします。このコロコロする感じが大きくなり、次第にまぶたが重く感じます。

ものもらいは、その名前からか、人にうつると思われがちですが、人にうつる病気ではありません。ただし、放っておくと悪化してしまうこともありますので、早めに治療すること、普段から生活リズムをととのえ、抵抗力をつけることが大切です。また、目やその周囲の清潔を保つようにしましょう。

9月の保健室来室状況

内科的利用	110名	外科的利用	55名	その他	43名	
					合計	208名