

<インフルエンザの予防>

- ①流行前のワクチン接種
- ②飛沫感染対策としての咳エチケット（特にマスクの着用）
- ③外出後の手洗い、アルコール消毒
- ④適度な湿度の保持
- ⑤十分な休養とバランスのとれた栄養摂取を日ごろから心がける。
- ⑥人混みや繁華街への外出を控える。

<インフルエンザの感染が疑われる場合は>

- (1) 発熱後12時間を目安に医療機関を受診しましょう。
- (2) 安静にして、休養をとりましょう。特に、睡眠を十分にとることが大切です。
- (3) 水分を十分に補給しましょう。お茶でもスープでも飲みたいもので結構です。
- (4) 咳やくしゃみ等の症状がある時には、周りの方へうつさないように、不織布製のマスクを着用しましょう。(咳エチケット)
- (5) 人混みや繁華街への外出を控え、無理して学校や職場等に行かないようにしましょう。

また、小児、未成年者では、インフルエンザの罹患により、急に走り出す、部屋から飛び出そうとする、ウロウロと歩き回る等の異常行動を起こすおそれがあるので、自宅において療養を行う場合、少なくとも発症から2日間、小児・未成年者が一人にならないよう配慮しましょう。

「認定薬剤師」(峰村 実)による「かかりつけ薬剤師」の受付が始まりました。小児の方は自己負担金が生じることなく、この制度を利用することができます。薬のことは市販薬を含めすべてサポートします。健康相談にもお応えします。特に、休日・夜間でも薬でお困りのことがあれば電話対応しますので、ご希望の方は受付までお声がけ下さい。

ママ薬剤師のコラム

これから、インフルエンザ、ノロウイルス、RSウイルスと、感染症の季節になりますね。

当然、医療機関や薬局も混みがちです。

私が月齢の小さい子供を育てているときは、待合で他の感染症をもらわないか心配でした。また、成長したあとも自分の子供が感染症でぐったりしている上に、自分も同じ症状のときは本当にしんどかった思い出があります。

こんな時、車や家で待機している間に薬の調剤が済んでいれば少しは患者様の負担が減りますよね。

さて、現在は便利な時代になって、「スマホ」で処方箋を送信していただければ処方箋受付ができて、調剤が済んだら連絡が来るようになりました。すばらしい！！その名も「スマホよ薬」です！当薬局でもご利用できるようになりました。どうぞこの冬、利用してみてください♪

ご利用方法がわからない、説明を受けたいという方は受付まで。登録はここ(スマホのみ) → <http://4yaku.jp>

TEL : 027-388-8991

E-MAIL : poppo@ando-pharmacy.com

