

質問箱

Q・市販薬と医療薬の使い分けは
どうしたらよいでしょうか？

A・私達が風邪をひいたかなと感
じた時に、症状が軽い場合には、
約四〇%の人が様子を見ると答
え、約三五%の人が市販薬を服用
すると答えるそうです。症状がひ
どくなったり、長びいたりした時
に、病院を受診し、医療薬を服用
します。



薬局 オクツ 先生 宮原

今の時期ですと、花粉症のため
に市販の飲み薬や点眼剤、点鼻薬
を使用することがありますが、こ
れらは大部分が、抗ヒスタミン薬
をベースに末梢血管収縮剤や抗ア
セチルコリン剤等を配合した複合
処方薬です。医療用の場合には、
一剤一成分の物が多いので、患者
さんの症状に最も適した成分と用
量を選ぶことができます。
市販薬を三日間位使用しても良
くならない時には、医師の診療を
受けましょう。又、医療薬の中
には抗アレルギー薬といって花粉症
を予防する薬もあり、生活上の障
害を軽減することができますので
飲み始める時期等、わからない時
は相談して下さい。

南足柄市老人大学講演内容
「糖尿病について」



.....
Oさんと糖尿病
.....

Oさんの父：糖尿病六一才没
妹は二名とも糖尿病
Oさん：小さい頃から痩せてい
たが、病気は、あまりしなかつ
た。高校生の頃から「足のけいれ
ん」がおこりはじめた。
大学生頃からテニスをよくやる
ようになり、この頃身長一六五セ
ンチ、体重五二キロ。

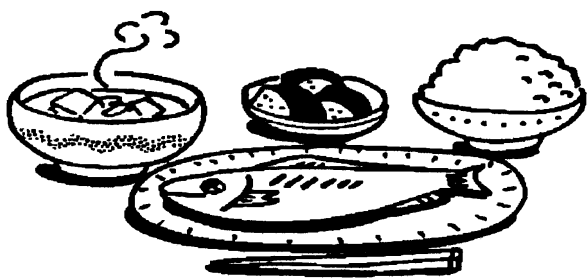
大学卒業後運動を止めたこと
ろ、六二キロまで体重上昇、ダイ
エツト、運動などで五五キロとな
り、その後それを維持、三〇代後
半になり、再びテニス開始した
が、糖尿病の傾向出現。

四五才、糖尿病のみぐすり開
始一錠/日、五一才のみぐすり三
錠、五五才、インスリン注射開
始、テニスで疲れることが少なく
なり、検査結果も好転

.....
Oさんと父のちがい
.....

父：三〇才で糖尿病、インスリ
ン注射開始、ブタインスリン
だったのが抗体ができてしまい、
あまり効かなくなった。
脳梗塞、腎障害など出現し、六
一才で死亡。

Oさん：体重コントロールに気
をつける。のみ薬を使ってからイ
ンスリン注射開始、インスリン
は、ヒトインスリンを使用、合併
症は少ない。医学進歩によるも
の。



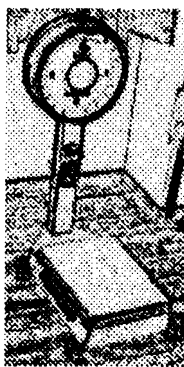
.....
成人病II生活習慣病
.....

成人病とは、糖尿病、高血圧症な
ど年齢が高くなると多くなる病
気をいいます。食べ過ぎ、飲み過
ぎ、運動不足などが原因です、そ
れで生活習慣病といわれます。

三〇〜四〇年前には、こういう
病気はあまりありませんでした。
日本が、全体として裕福になった
こと、食料の貯蔵や運搬がしやす
くなったことも原因となってい
ます。

食事に気を付け運動をするこ
とが大切です。

.....
体重のコントロールが大切
.....



体重が増えている人、太ってい
る人は、食べ過ぎです。

「私は、あまり食べないのに太
る」という人もよくおられますが、
そういう人は、その人の必要なカ
ロリー数以上に食べているという
ことです。

反対に痩せている人は食べ方が
足りないのです。

体重を適当に保つということが
健康を保つともになります。

院長

☆受付の森崎さん、いよい
よ産休に入ります。
無事の出産をお祈り致しま
す。

☆受付からのお願い
月初めには必ず保険証を
受け付けにお出し下さい。

診察券は毎回お持ち下さい。

3月・4月の休診日

(日曜・祭日
水曜・土曜・第一火曜午後)

4月8日(火)午後

