

**JADPA**



NPO法人日本アトピー協会



発行：NPO法人 日本アトピー協会 〒541-0045 大阪市中央区道修町1-1-7日精産業ビル4階 電話.06-6204-0002 FAX.06-6204-0052  
Eメール：jadpa@wing.ocn.ne.jp ホームページ：http://www.nihonatopy.join-us.jp/

**CONTENTS**

- ◆ 『抗生物質/抗菌薬』について考える ..... P1~P5
  - ◆ 抗生物質/抗菌薬と感染症 ..... P1
  - ◆ ウイルス・細菌・真菌 ..... P2
  - ◆ 抗菌薬とアレルギーの関係 ..... P4
  - ◆ 抗菌?除菌?殺菌? ..... P5
- ◆ 法人賛助会員紹介 第50回 ..... P3
- ◆ ハーイ!アトピーづき合い40年の友実です ..... P6  
(フリーアナウンサー関根友実さん・第44回)
- ◆ ちょっと気になるニュース ..... P6  
(大丈夫?夏の必需品 “汗拭きシート”)
- ◆ アレルギーっ子ママが考えた「防災ハンドブック」ご紹介 ... P7
- ◆ ATOPICS ..... P8  
大阪市保健所主催「乳幼児アトピー・ぜん息相談」のご案内  
ご存じですか?「#インスタ医療団 !!」  
ブックレビュー

**「抗生物質/抗菌薬」について考える**



「先生、ちょっと熱っぽくて抗生物質(かぜ薬)貰えますか?」と病院に行かれた方もおられると思います。そして、「お薬飲んで、水分とって、暖かくして寝たら治った!」てことも。

抗生物質などのお薬は、子どもたちの一部の感染症やアトピー患者さんの合併症には必要ですが、果たして風邪に本当に効くのでしょうか?また薬以外でも、手洗い石けんに洗濯洗剤、さらには抗菌加工した日用品から衣類まで。今回は、ごく当たり前になっている抗生物質や抗菌(薬)について調べてみました。

**抗生物質/抗菌薬と感染症**

**「抗生物質/抗菌薬」とは?**

「抗生物質」は、20世紀で最も偉大な発見のひとつとも言われ、細菌の増殖を抑えたり、殺菌して細菌の働きを阻害します。元来、抗生物質には「微生物由来の他の微生物の発育や代謝を阻害する天然の化学物質」という定義があり、抗生物質=抗菌薬として一般的に使われていました。現在では、細菌以外にも使われる抗生物質が開発されたことで定義が広がり、天然素材を使わない合成抗菌薬などが増えたこともあって、医療の現場では「抗生物質」ではなく「抗菌薬」という呼び方が一般的に使われています。

代表的な抗菌薬であるペニシリンは、細菌の細胞壁の合成を邪魔します。ヒトの細胞には細胞壁がないため、ペニシリンはヒトの細胞に影響を与えず、細菌のみを攻撃することができるとされています。

**「かぜ薬」って一体、何?**

“風邪”は、一般的に「かぜ症候群」と呼ばれ、咳・鼻・喉の呼吸器系の感染症や、おなかの症状を伴う場合もあります。

風邪の原因の9割はウイルス感染症であることがほとんどで、残りの1割が細菌や他の病原体です。インフルエンザや水ぼうそうなど、特定のウイルス感染症では抗ウイルス薬が有効な場合もありますが、ほとんどのウイルスに効く薬はまだ開発されておらず、多くのウイルス感染症では、自分の免疫力で自然に治癒することが基本のようです。さらには、抗菌薬を使用しても効果がないばかりか、副作用の可能性が上昇してしまいます。

「細菌」による感染症である場合のみ抗菌薬は効果を発揮し、ウイルスや真菌といった他の病原微生物、非感染性疾患の発熱時には効果を発揮しません。

それでは一体、「かぜ薬」は何が処方されているのでしょうか?咳が辛ければ咳止め。鼻水が止まらなければ鼻水止め。熱が高く辛ければ解熱剤などとなります。このような成分を複数混ぜて作られているのが市販のかぜ薬(=総合感冒薬)です。

医療機関で処方されるかぜ薬は、症状に合わせるため無駄な成分は省かれます。「かぜ薬」とは、風邪の根本原因であるウイルスを退治する薬ではなく、辛い症状を和らげるお薬です。

**小児用「かぜ薬」**

薬局で買える「小児用総合感冒薬」は、解熱鎮痛剤・鎮咳去痰薬・抗ヒスタミン剤などを複合した医薬品のこと。色々な効果の薬剤が混合されているため、症状に不要な成分も身体に与えることになってしまいます。解熱鎮痛剤が主成分の薬も多く、熱が下がって治ったよう

**患者さんからのご相談はいつでもお受けします。**

症状がいつに改善されず長びく治療にイライラが募り先行きを悲観…ちょっと待った!全国約600万人(\*)の方があなたと同じ悩みをかかえています。ここはみんなで「連帯」し、ささえあいましょう。日本アトピー協会をそのコア=核としてご利用ください。

\*H12~14年度厚生労働科学研究によるアトピー性皮膚炎疫学調査より推計。

**ご相談は**

電話：06-6204-0002 FAX：06-6204-0052  
メール：jadpa@wing.ocn.ne.jp  
お手紙は表紙タイトルの住所まで、なおご相談は出来るだけ文面にしてお願いします。電話の場合はあらかじめ要点をメモにして手みじかをお願いします。(ご相談は無料です。)

◆協会は法人企業各社のご賛助で運営しております。 ◆患者さんやそのご家族からのご相談は全て無料で行ってまいります。

に誤解し、本当の病気の状態がわからなくなって症状が重症化したり、長引いたりすることもあります。発熱は、体温を上げて免疫能(抵抗力)を上げ、病原体を退治しようとする生体防御反応ですから、解熱鎮痛剤の投与が必ず必要ではない場合もあるかもしれません。

また、初期に風邪とよく似た症状を呈する疾患は、アレルギー疾患、自己免疫疾患、消化器疾患、泌尿器疾患の他、化膿性髄膜炎や菌血症などの重篤な細菌感染症も挙げられます。

安易にかぜ薬で症状を抑えてしまうと、他の疾患の治療を遅らせて重篤化させる危険性もあります。

小児疾患には様々な感染症もあるため、医療機関を受診して適切な薬を処方してもらうことが大切です。

## うがい薬の効果は？

風邪などの予防には「手洗い・うがい」とよく言いますが、実際にうがい薬の効果はあるのでしょうか？

実は、うがいによる急性気道感染症の予防効果の検証はほとんど行われていないとのこと。また、日本人独特な習慣のようです。京都大学健康科学センター・京都大学総括産業医の川村孝先生の「疫学とその活用」によると、一般的なケア群(対照群)・水うがい群・ヨード液うがい群の3群に分けて比較が行われ、水うがい群の参加者の感冒発症が4割抑えられたとのこと。一方、ヨード液群は、水うがい群と比較して有意な予防効果が認められなかったとのこと。ただし、ヨード液によるうがいが、感冒罹患後に用いられた場合の有効性は否定しないとされています。また、ヨード液うがいの有意性がないかもしれない理由については、正常細菌叢を壊すからという予想もあるものの、当研究ではそのメカニズムはわからなかったとのことでした。

うがいについては“水うがい”に予防効果があるが、うがい薬の効果についてはよくわかっていないのが現状のようです。

## 子どもたちに多い発熱を伴う感染症

子どもさんの突然の発熱は日常ですね。風邪症状以外に発熱を伴う感染症について少しご紹介です。

### ●手足口病 流行時期：5～8月

手のひらや足の裏、口の中に水ぶくれができます。37～38度の熱が出ることもあり、水ぶくれは3～7日程度で自然に消えますが、まれに重症化することもあります。

### ●ヘルパンギーナ 流行時期：5～7月

突然39～40度の高熱が出て、2～4日で下がります。口の奥に水ぶくれができますが1週間程度で自然に消えます。有効な薬はありません。

### ●咽頭結膜炎(プール熱) 流行時期：6～8月

発熱や喉の痛み、眼の充血など。1日の間に39～40度の高熱と37～38度の微熱の間を往復する状態が4～5日続きます。有効な薬はありません。

### ●伝染性紅斑(りんご病) 流行時期：5～7月

1週間程度で軽いかぜ症状が現れることがあり、感染から10～20日後、両頬にリンゴのような紅い発疹が現れ、続いて手足にも発疹が見られます。有効な薬はありません。

### ●水痘(水ぼうそう) 流行時期：12～7月

全身に発疹ができ痒みを伴います。38度前後の熱が出ますが、まれに40度以上に。重症化することはまれですが、妊婦さんが妊娠初期に感染すると胎児に影響があるとされています。発疹が出て24時間以内に抗ウイルス薬を服用すると症状が軽くなると言われています。水ぶくれには塗り薬が処方されます。

### ●溶連菌感染症 流行時期：冬・春～夏

溶連菌という細菌による感染症。突然38～39度の熱が出て喉が

痛くなり、全身がだるくなってしばしば嘔吐を伴います。まれに重症化し、痒みを伴う赤く細かい発疹が体や手足に出たりします。抗生物質が有効で10日～2週間程服用します。

## 熱を伴わない子どもの主な感染症

### ●伝染性軟属腫(水いぼ) 流行時期：6～8月

水っぼい光沢のあるいぼ(ぶつぶつ)が、わきの下やわき腹、首やひじなどにできますが痒みや痛みはなし。飲み薬の他、水いぼをピンセットでつまんだり、液体窒素で凍らせて取るなどの方法があります。

### ●流行性角結膜炎(はやり目) 流行時期：夏

目の痛みや痒み、結膜の浮腫(むくみ)や充血などが起こり、涙や目やにも出ます。2次感染予防に抗菌薬の点眼薬を使用。

### ●伝染性膿痂疹 流行時期：6～8月

細菌が原因の皮膚の感染症。虫刺されやあせもを搔いてできた傷やケガでできた傷などに、皮膚の表面や鼻の中にいる細菌が入ることで水ぶくれができ痒みを伴います。抗菌剤を使用。

## アトピー患者さんが合併しやすい感染症

次に、アトピー患者さんが合併しやすい感染症を紹介します。なお、前述の「伝染性膿痂疹」もそのひとつです。また、ウイルス感染症では前述の「伝染性軟属腫」の他、「カポジ水痘様発疹症」などがあります。

### ●蜂窩織炎

皮膚の層構造の深いところから皮下脂肪にかけて細菌が感染した状態のこと。皮膚の浅い層に感染した場合は「丹毒/たんどく」と呼ばれ、虫刺されや擦り傷などがある場合やアトピーや湿疹のために皮膚が弱っている場合に感染しやすくなります。

### ●带状疱疹

水ぼうそうと同じウイルスで起こります。体の左右どちらか一方にチクチクするような痛みが起こり、皮膚にブツブツと赤い発疹ができ、小さな水ぶくれが広がります。ウイルスは神経を伝わって広がります。

### ●単純ヘルペス

1型は口唇や顔面などの上半身に、2型は性器やお尻のまわりなどの下半身に主に発症します。大人の初めての感染では症状が重くなる場合があります。

### ●カポジ水痘様発疹症

顔面や上半身など、アトピーの起こりやすいところに多く見られ、皮膚が赤く腫れて水ぶくれができます。特に初めての感染症では重症化することがあり、顔面にできて眼に及ぶと角膜ヘルペスになることもあります。

### ●角膜ヘルペス

風邪をひいて弱っていたり、疲れて体力が低下していたり、免疫力が弱っている時に表面化する可能性が高くなります。片目だけ発症する確率が高く、三叉神経節にウイルスが潜伏してしばしば再発を繰り返します。

## ウイルス・細菌・真菌

「ウイルスには抗菌薬は効かない」ことがわかりましたが、ウイルス・細菌・真菌について整理してみました。

なお、真菌による感染症の代表的なミズムシ・タムシ(白癬菌という糸状菌が原因)の発生率は、全人口の10%を超えられています。真菌は、菌糸を伸ばす「糸状菌」と、菌糸を伸ばさずに大部分の生活環を単細胞で過ごす「酵母」に大きく分けられ、それぞれ多くの真菌感染症の原因となっています。



ウイルス	インフルエンザウイルス・ノロウイルス・ロタウイルス・アデノウイルス・麻疹ウイルス・風疹ウイルス・肝炎ウイルス・ヘルペスウイルス・HIV など。
細菌	ブドウ球菌・大腸菌・サルモネラ菌・緑膿菌・コレラ菌・結核菌・ボツリヌス菌・破傷風菌・レンサ球菌 など。
真菌	カンジダ (酵母) 症・アスペルギルス (糸状菌) 症・クリプトコッカス (酵母) 症・白癬菌 など。

### 三大真菌症

#### ●カンジダ (酵母) 症

口腔カンジダ症・性器カンジダ症や全身性の致命的となるものもあります。皮膚や粘膜への感染症では、炎症や不快症状。ビタミン欠乏症や免疫力の低下が主因とされます。ヒトの体表や消化管、女性の膣粘膜に生息する日和見菌です。

#### ●アスペルギルス (糸状菌) 症

胞子の吸入と体内での増殖が原因。環境中に広く存在するため、ほとんどの人が毎日吸入しており、日和見菌のため、免疫力が落ちているヒトなどで進行します。最近では、食品、畳やカーペット、衣料品、エアコンダクト、フィルターなどでも見つっているようです。

#### ●クリプトコッカス (酵母) 症

ヒト、犬、猫などにも感染する人獣共通感染症。鳩の糞に汚染された土壌で多く見られる。病原性は低いとされる日和見菌。室内の湿気の多い部分に多く、日常的に接しています。

### 薬剤耐性菌とは？

「薬剤耐性 (AMR=Antimicrobial Resistance)」とは微生物に対して薬が効かなくなること。そして、「薬剤耐性菌」は400万年以上前にできた洞窟からも発見され、また北極の永久凍土からも見つっています。一部の菌はもとも薬剤耐性なのだそうです。人間社会では、抗菌薬が普及し始めた1940年台から薬剤耐性菌が次々と見つかるようになり、その後急速に拡散していきました。

世界初の抗生物質であるペニシリンを発見したアレキサンダー・フレミングは、1945年のノーベル賞受賞スピーチで、既に薬剤耐性菌の問題について触れています。そして、1993年には耐性菌への最終兵器的存在であったカルバペネム系抗菌薬に対しても耐性を持つ細菌である「CRE」が発見されました。このCREは世界に拡大しており、世界的な薬剤耐性対策が叫ばれるきっかけのひとつとなっています。以下に、代表的な耐性菌をまとめました。

#### ●メチシリン耐性黄色ブドウ球菌 (MRSA)

MRSA感染症は、治療が難しく死亡率の高い感染症のひとつ。MRSAは院内感染の原因菌として1970年代から問題となっています。

#### ●ペニシリン耐性肺炎球菌 (PRSP)

肺炎球菌は、子どもや成人の肺炎や中耳炎、さらには髄膜炎など重症感染症の原因にも。ただし、小児へのワクチン定期予防接種の普及により、小児の重症肺炎球菌感染症の頻度は激減し、間接効果で成人の肺炎球菌感染症にも減少が見られています。

#### ●基質拡張型ベータラクタマーゼ (ESBL) 産生菌

ペニシリン、セフェム、カルバペネムなどのベータラクタム系抗菌薬を分解するベータラクタマーゼという酵素を持つ細菌は、より多くの抗菌薬 (ペニシリン系、セフェム系) を分解できるようになっています。

#### ●AmpC産生菌

多くの腸内細菌科細菌がもともと保持しているAmpCですが、その量が少ない場合にはあまり大きな問題になりません。しかし、抗菌薬曝露により誘導されることが知られており、過剰に発現すると、ペニシリン系から第3世代セフェム系まで広範な薬剤耐性を獲得します。

#### ●多剤耐性緑膿菌 (MDRP)

緑膿菌は、病原性そのものは弱いため、免疫が正常な人には感染症を起こしにくい細菌です。しかし本来、多剤耐性傾向の強い細菌であるため、免疫不全・低栄養などの人たちを中心に、一度感染症を発生すると難治になります。

#### ●カルバペネム耐性腸内細菌科細菌 (CRE)

主に腸内でブドウ糖を発酵してエネルギーを得ている細菌が発見され、なかには現存する全ての抗菌薬に耐性である菌も存在します。現在、感染症法に基づく届け出により、感染症例全てを国に届出することが義務化され、監視が強化されています。

※出典 国立国際医療研究センター病院AMR臨床リファレンスセンターHP

### 薬剤耐性菌が生まれる?広がる?

薬剤耐性菌が生まれた理由には、抗菌薬の使用が大きく関わっているとされています。抗菌薬によって薬剤耐性菌以外の細菌が減少し、薬剤耐性菌が増殖しやすい環境ができあがるからです。細菌は、本来持っている耐性の他、遺伝子を拾ったり、他の菌から譲り受けたりしながら高度な耐性を獲得するからのようです。

一方、抗菌薬の過少投与 (量や期間) も問題とされ、薬剤耐性菌は、耐性であっても高い濃度の抗菌薬に曝露されれば増殖抑制できることが多いのですが、使用される量や期間が少ないと薬剤耐性菌

## 法人賛助会員様ご紹介 第50回

敬称略

協会は多くの法人賛助会員様の年会費によって会務を行っており、本紙面を通じまして日頃お世話になっております法人様を順次ご紹介しております。関係各位にコメントをお願いしておりますので、ぜひ患者さんへの一言をお願い致します。

### 株式会社ダックス (本社)

平成 年ご入会

- ◆ 所在地 810-0072 福岡県福岡市中央区長浜1-1-1-KBCビル8階
- ◆ 電話 092-737-1121
- ◆ 業種 浄水器販売業・不動産業・建設業ほか
- ◆ 関連商品 「製品名アノア 品番 ANOA-WH-01」
- ◆ 一言 アノアは、家事全般の生活水と、洗顔、お風呂、シャワー、シャワートイレなど、肌や髪へ直接ふれるお水を浄水にする「POE形浄水器」です。高性能活性炭フィルターで残留塩素を除去、または低減しますので、毎日のスキンケアにお薦めです。また一般社団法人の浄水器協会JIS S 3241適合製品です。安心してお使いいただけます。POE形(ポイントオブエントリー)とは、1製品で複数の蛇口に浄水を供給する水道法を遵守した浄水器です。

### 株式会社デコリア

平成 年ご入会

- ◆ 所在地 250-0055 神奈川県小田原市久野諏訪原3777
- ◆ 電話 0465-34-6457
- ◆ 業種 壁紙
- ◆ 関連商品 「抗アレルギー壁紙」シリーズ
- ◆ 一言 紙表面に塗布された薬剤がアレルギー症状を引き起こす原因となるアレルギー(スギ花粉・ダニの糞や死骸など)を吸着し、その働きを抑制(不活性化)する壁紙です。

だけが増殖できる環境をつくってしまうことになります。薬剤耐性菌を生まないためには、『十分量・十分期間の抗菌薬投与』が必要とされています。

WHOによると、薬剤耐性菌が生まれる原因として以下の6つが挙げられています。

- ① 抗菌薬の過剰投与/過剰処方
- ② 患者が処方された抗菌薬を途中でやめてしまう
- ③ 畜産業や養殖などにおける抗菌薬の過剰投与
- ④ 医療機関における不十分な院内感染対策
- ⑤ 手指衛生や環境整備が不十分
- ⑥ 新しい抗菌薬の開発の遅れ

日本での抗菌薬使用の総量は、世界的に比較するとあまり多くないようです。特にペニシリン系の使用量が少なく、第3世代セファロスポリン系、キノロン系、マクロライド系の使用比率が高いようです。

尚、厚生労働省の「抗微生物薬適正使用の手引き 第一版」によると、日本呼吸器学会、日本小児呼吸器学会・日本小児感染症学会及びACP/CDC※の指針より、『感冒はウイルスによって引き起こされる病態であることから、抗菌薬の投与は推奨しない』としています。

※ACP:米国内科学会、CDC:米国疾病管理予防センター

### 「抗菌薬」の意識調査

厚生労働省が2017年に行ったインターネット調査によると、抗菌薬に関する市民の知識について、「抗菌薬はウイルスをやっつける」という質問や、「風邪やインフルエンザに抗菌薬は効果的だ」という質問に「間違い」と答えた「正解者」は4人に1人程度で、市民の抗菌薬に対する知識はあまり浸透していないようです。

また、AMR臨床リファレンスセンターによる「抗菌薬意識調査2018」でも、男女721人を対象にし、「抗菌薬・抗生物質はどのような病気に有用か?」という質問に「風邪」と答えた人が49.9%、「インフルエンザ」と答えた人が49.2%もいました。また、「風邪で受診をした時、どんな薬を処方してほしいか」という質問にも、30.1%の人が「抗菌薬・抗生物質」と回答しました。やはり、先生方が思っておられる以上に、一般市民の抗菌薬についての知識は十分とは言えないようです。

このような現状は、「万一、細菌が原因だったら重症化の恐れがある」という医師の心配も一因」とも言われているようです。風邪のような症状であっても医療機関から抗菌薬が処方されるケースも少なくないようですが、痰などの検体を薬品で染めて細菌の有無を調べる「グラム染色検査」を行うことで抗菌薬の処方が非常に少なくなったという医師もおられるようです。

検査の所用時間は5分程度、細菌が検出されなければ痛みを和らげる鎮痛薬などを処方されているとのこと。

### 抗菌薬とアレルギーの関係

2018年、国立成育医療研究センターの大矢幸弘医師・山本貴和子医師らの研究チームによると、2歳までに抗菌薬を服用したことがある436人と、そうでない466人について、5歳になった時点でアレルギー疾患に罹っているかどうかを比較したところ、抗菌薬を服用した子どもは使わなかった子どもより気管支ぜん息にかかった割合が1.7倍高く、アレルギー性鼻炎も1.7倍、アトピー性皮膚炎は1.4倍高いという結果が出たとのこと。

「アレルギー発症の原因として、抗菌薬の影響で腸内の細菌の構成が変化したことが考えられる」とのことでした。抗菌薬使用のリスクとベネフィット※を考慮して抗菌薬使用を適切に決定することが重要とされています。

※リスク・副作用 / ベネフィット・効きめ

### アトピー性皮膚炎や鼻炎のリスク

ソウル聖母病院耳鼻科咽喉科のキム・スファン教授らの研究チームが、アレルギー疾患で診療を受けた19歳未満の小児青少年562万人を分析した結果、アトピー性皮膚炎の場合、抗生物質を一度も服用しなかったグループに比べて抗生物質を処方されたグループはアトピーの発生リスクが高まったとのこと。

ソウル大学病院アレルギー内科のチョ・サンホン教授も、「乳幼児期の抗生物質の乱用は、腸内の有害菌だけでなく有益菌の損傷をもたらし、最終的に全身の免疫に影響を与える」とし、「このため、アレルギー疾患を引き起こすことにもなる。今回の研究では、このような事実を裏付けたと言える」と評しました。

### アトピーの治療に抗菌薬は不要?

人間の体は約60兆個の細胞で形成され、それを超える常在細菌が、腸内(100兆個)、皮膚(1兆個)、口腔(100億個)に定着しているとされています。

健全な細菌叢に共通しているのは菌の多様性ですが、この多様性が崩れて特定の細菌が優位になる状態は異常とされ、「ディスバイオシス(dysbiosis)」と呼ばれます。アトピー性皮膚炎では、黄色ブドウ球菌が優位になるディスバイオシスが認められています。

では、アトピー治療のために抗菌薬は有効でしょうか。幾つかの診療ガイドラインでは、「明らかな二次性細菌感染症以外は、全身性・局所性抗菌薬は推奨しない」「抗菌薬使用では、アトピー性皮膚炎の臨床改善はなく、ステロイド剤の代わりににはならない」という見解が示されており、保湿薬の使用によって、ディスバイオシスを改善し、細菌叢の多様性を取り戻すことができるとされています。

また、日本皮膚科学会アトピー性皮膚炎診療ガイドライン2016年版でも、「アトピー性皮膚炎の皮膚症状改善を目的としたステロイド外用薬への抗菌薬添加はステロイド単独の外用薬の効果に比べ有用とはいえない」こと、「感染兆候の認められないアトピー性皮膚炎に対し、抗菌薬の内服が有効であったとする報告は認められなかった」とされています。

少し限定的ですが、「感染性を伴わないアトピー性皮膚炎の症状」に、抗菌薬の有意性はないということのようです。

### 抗菌薬配合ステロイド

一般的には飲み薬としてのイメージがあるかもしれない抗菌薬ですが、湿疹や皮膚炎の治療では塗り薬としても使われていますね。

湿疹や皮膚炎には痒みはつきもの。搔いてしまい、次第にジュクジュクしてきたり、白い膿が出てきたりと、このような傷口では細菌が増殖しやすい状態になっています。細菌によってさらなる炎症が起こると湿疹・皮膚炎は悪化してしまいます。

炎症に作用するステロイド剤できちんと炎症を抑えることが大切ですが、ステロイドには免疫抑制作用があるので、逆に細菌の繁殖を助けてしまうことも…。このような場合は、細菌の繁殖を防ぐ働きのある抗菌薬が配合されたステロイド薬が有効とされます。

尚、一般的なステロイド外用剤の場合、その効能は「湿疹、皮膚炎、あせも、かぶれ、かゆみ、ただれ、しもやけ、虫さされ、じんましん」となっていますが、抗菌薬が配合されたステロイド外用剤の場合では、「化膿を伴う次の諸症:湿疹、皮膚炎、あせも、かぶれ、しもやけ虫さされ、じんましん」となっています。ただし、水ぼうそうや麻疹、水虫や爪白癬などのウイルスや真菌の感染部位には使用できません。

抗菌薬は、『健康な皮膚に使わない。予防的に使わない。長期間(1週間以上)使わない。』など、患部のみに短期間使用することが耐性菌の出現を予防する一番の方法と言われています。



### ワセリンは皮膚バリアを改善させる?

さて、皆さんよくご存知の「ワセリン」ですが、実はワセリンそのものには保湿成分は含有されておらず、油分の膜によって水分蒸散量を減らす役割を持っています。

そんなワセリンですが、中等度のアトピー性皮膚炎を有する13人の患者さんに対する試験では、ワセリンは抗菌作用を持ち、皮膚バリアを改善させたとの報告があります。また、大規模無作為試験では、手術後の処置でワセリンと抗生剤の塗布に差がないことが明らかにされており、ワセリンは強い抗菌作用と皮膚バリアを改善させるとされています。ただし、ワセリンが最も良いというわけではなく、アトピー性皮膚炎の治療には保湿成分が含まれていた方が再燃しにくかったという報告もあるようです。

### 抗菌? 除菌? 殺菌?

経済産業省発表の「抗菌加工製品ガイドライン」によると、「抗菌」とは、「抗菌加工した製品の表面における細菌の増殖を抑制すること」と定義されています。抗菌の「菌」は細菌の「菌」であり、カビなどの菌類とは異なり、抗菌加工製品はカビの防止効果はありません。

細菌の増殖を抑制する「抗菌剤」には、無機系・有機系・天然系の3種類があり、プラスチック製品のように成形前に抗菌剤を原料に練り込む方法と、成形後に製品の表面に抗菌性のあるコーティング剤を塗布する方法があります。

- 無機系：銀・銅・亜鉛など。
- 有機系：ジnkピリチオン、トリクロサン、ククロルヘキシジン、第4級アンモニウム塩、硫化剤など。
- 天然系：①動物・魚（キチン・キトサン・プロポリスなど）  
②微生物・放射菌（ポリリジン）  
③植物（茶カテキン・カラシ・ワサビ抽出物など）

### その抗菌効果は?

抗菌表示があるからと言って、一定水準以上の抗菌効果が保証されているわけではありません。メーカーでテストを実施しているものもありますが、実施せずに抗菌と表示しているものも様々なようです。

商品選びの目安としては、繊維製品以外ではSIAAマーク、繊維製品ではSEKマークが表示されているものがあります。

#### ●SIAAマーク

家電製品、建材、塗料、バス・トイレ用品、キッチン用品などの繊維製品以外の抗菌加工製品について、(社)抗菌製品技術協議会が性能や安全に関する統一した規格、基準とその表示方法の自主ルールを定め、試験機関の試験に合格して認定されたものに表示される。

#### ●SEKマーク

繊維製品の抗菌加工製品については、(社)繊維評価技術協議会が、使用する加工剤と製品の両面から安全性と性能を評価する試験を実施し、2つの要件をクリアしたものに表示される。

なお、抗菌加工商品が及ぶ範囲は製品の表面についた菌だけです。汚れた表面についた菌に対しては抗菌効果がなく、汚れそのものに対しても無力で菌を増殖させてしまいます。汚れがつくことは避けられないため、結局は無加工のものと同様の手入れが必要です。

### 「殺菌」と「除菌」の違い

「殺菌」とは細菌を殺す効果を意味し、医薬品医療機器等法の対象になる消毒薬などの医薬品や薬用石けんなどの医薬部外品で使うことができる表現です。

「除菌」とは、細菌を取り除くことで数を減らす効果を意味し、洗剤や漂白剤など雑貨品の表示に使える言葉です。

家庭用合成洗剤・石けんの公正競争規約のなかに、台所用洗剤のスポンジ除菌と、住居用洗剤、洗濯用洗剤の除菌表示のための統一基準が設けられています。

### ◆◆◆「抗菌石けん」は危険? ◆◆◆

2016年、米国食品医薬品局(FDA)が、トリクロサンなどの19成分を含有する「抗菌石けん」を米国で1年以内に販売停止する措置を発表しました。それを受けて厚生労働省は、日本化粧品工業連合会と日本石けん洗剤工業会に、これらの成分を含有する「薬用石けん」に関し、含有しない製品への切り替えに取り組むよう要請しました。

米国で販売停止になった理由は、トリクロサンなどの抗菌剤を配合しなくても、一般的な石けんで十分に菌を抑制できることがわかり、あえて抗菌剤を配合する必要がないとのこと。

反面、菌に対して影響(抑制)のある成分が人体に悪い影響を及ぼさないとはいえ切れないという懸念もあり、耐性菌が増えるリスクもあるからだそうです。

2016年11月の厚生労働省の発表によると、トリクロサン・トリクロカルバンの2成分を配合している薬用石けんについて、トリクロサンについては131社525品目、トリクロカルバンについては26社176品目の流通状況を確認し、成分変更の通達をしたそうですが、変更は製造元の任意のようです。

### 「手作り石けん」も注意!

石けんを手作りすると、アルカリ物質が十分に反応しなかった場合、完成した石けん自体に強いアルカリが残って肌荒れなどを起こす場合があるようです。使用前にPH試験するなどの安全対策が必要になってきます。また、日本では配合された複数の成分のうち、1種類でもオーガニック成分を使っていれば「オーガニック」と名乗れてしまいます。安全性は商品によって異なることも覚えておきたいですね。

### 安全な石けん選びとは?

横浜国立大学大学院環境情報研究員・人工環境と情報部門教授の大矢勝先生によると、「石けんは基本的に弱アルカリ性の物質なので、皮膚を洗う場合は、できれば弱酸性や中性の洗浄料を使うのが好ましいことになります。実は、皮膚のトラブルの原因となるのは、界面活性剤よりも香料などの化学物質が多いのです。効果効能などの商品情報だけで石けんを判断するのではなく、本来人間に備わった感覚を優先させて選ぶことが大事です。」とコメントされています。

### 今は昔。赤チン・ヨーチン・オキシドール

「傷はぜったい消毒するな/P8」も読んでみました。縫合が必要な深い傷や手術は論外でしょうが、医療現場では擦り傷や軽度のやけどなどは、消毒液は使わない「湿潤療法」が既に主流とのこと。ドレッシング材(創傷皮膚膜材)を用いて患部を乾燥させずに治療するそうです。市販品の「キズパワーパッド」はご存知かもしれませんね。患部を流水でよく流してから使用すると、治りが早く傷痕も残りにくいそうです。

ステロイド外用薬の使用で、とびひやヘルペスなど、感染症にかかりやすいことは皆さんご経験済みだと思いますが、だから日用品も抗菌はちょっと違うのかもしれませんが、抗菌成分入りの洗濯洗剤で洗った肌着が、素肌を守ってくれているかは疑問ですね。柔軟剤など洗い残す成分は、汗をかいた時に「何か痒い!」となるのかもしれません。何かを加えるより、洗濯洗剤、浴用石けん、シャンプーなどなど、「使いすぎ」や「洗い残し」ありませんか?



フリーアナウンサー 関根 友実

40歳を目前に控えたある日、私は久しぶりに子供のように転んで膝をすりむきました。アスファルトの上で転んだのですが、履いていたストッキングが破れて血がにじんでいました。傷口が大きくしかも深かったようで、止血をしてもなかなか血が止まりませんでした。応急処置をして、その後オキシドールで何度もしっかりと消毒をしました。消毒をすることが正解であると信じて疑わなかったからです。

幼い頃、膝小僧をすりむいたときも、保健室の先生はみな、透明や黄色の液体の綿に含ませた消毒液で消毒をしてくれて、その後ガーゼやばんそうこうで傷口をふさいでくれました。私の母親は、「傷は乾かした方が治るねん」と言って、ばんそうこうを外して、風にさらしてかさぶたにすることを勧めました。擦り傷に対する対処法は、私にとってはその二択だったので、その時の擦り傷に対しては、しっかりと消毒をした上で、乾かしてかさぶたにするというハイブリッドな選択を取りました。

ところが、傷口は徐々に盛り上がり、かさぶたが自然にはがれても、傷が深かったためにグロテスクな癬痕が残ってしまいました。横から見ても傷の部分だけごつごつと岩山のように盛り上がっていて、木目の節のような、人の目玉のような形でした。友人の形成外科医に相談したところ、目立たないような傷跡にすることはできると手術を提案してくれました。迷った末に、盛り上がってケロイド状になってしまった傷口を切除して縫合し、縫合した部分が広がってしまうのを防ぐため足を屈伸しないように、松葉杖の生活を送りました。傷跡がほとんど目立たなくなったので、自分としては手術してよかったなと思っています。

友人曰く、消毒しすぎると、皮膚を元通りに戻そうとする良い細胞もまとめて殺してしまうので、組織の再生にはマイナスになるのだとのことでした。傷をきれいに治すためには、とりあえず応急処置として水で傷口をしっかりと洗った後は、出来るだけ患部を乾かさずに、皮膚がもともと持っている自然治癒力を阻害しない湿潤療法がおすすめとのこと。人間が本来持っている自然治癒力にかなうものはないのだと改めて痛感しました。ただし、雑菌に感染して怪我が悪化する恐れもあるので、腫れたり痒みが出た場合には必ず医療機関を受診して適切な処置を受けることなど、知らなかったことを学ぶことが出来ました。皆さんも、不意の怪我をされたときには、まずはより最善の医療知識を得てから対処してくださいね。

**プロフィール** 元朝日放送アナウンサー。女性初の全国高校野球選手権大会の実況を行う。現在は臨床心理士として心療内科に勤務。フリーアナウンサーとしてもテレビ・ラジオで活躍中。アトピー性皮膚炎・アトピー白内障・アレルギー性副鼻腔炎・アレルギー性気管支喘息・蕁麻疹など、幼少期より様々なアレルギー疾患を経験。現在も家庭と子育て、仕事、自らのアレルギーに奮闘中。

## ちよっと 気になるニュース

### 大丈夫?夏の必需品“汗拭きシート”

最近では、若い男性も必需品のようですが、皆さんも夏には欠かせない商品でしょうか?以前新幹線の車内で、何処からか強力な芳香、思わず車内を見渡しました。新幹線ですから窓は当然開けられず一時避難。香りには嗜好もありますが、その香力?も暫くするとあまり臭わないとはいえ、くしゃみと鼻水の被害。やはりトイレや洗面などでお願いしたいものです。

日本人は体臭の少ない民族と言われているようですが臭いへの敏感さは世界一とも言われるくらいだそうです。インターワイヤードによるインターネット調査では、約5600人の男女の内4人に1人(26.9%)が、汗拭きシートを使用しているそうです。30代女性では、45.2%が使用すること。利用状況は、多い順に「外出時」「通勤・通学時」「仕事・勉強中」「スポーツの後」となっています。暖かいおしぼりで顔や首をゴシゴシは、親父の醍醐味でスッキリさっぱり。汗拭きシートも同じようになれば、少しは「汗で痒い!」も防げるのですが。

この季節になると、コンビニにも大手メーカーの商品が並びます。数点ですが成分表を見ますと、概ね「水・エタノール。。。」と続きます。エタノールは、ご存じエチルアルコールのこと。お酒の成分で酒精とも呼ばれます。また、メントール配合のものや香料配合のものも多く、先程の調査でもアルコール、メントール、香りによる失敗談や軽度の皮膚障害報告も寄せられていました。また、商品の目立つ所に「無香料・無着色・アルコールフリー」など、書かれている商品でも成分表示覧には、様々な成分配合が記載されていますので、しっかりチェックして下さい。

タオルおしぼりのように、水だけの汗拭きシートは、「清浄綿」という名称でドラッグストアなどでは、汗拭きシート売り場とは違えて売られています。概ね、精製水や滅菌精製水100%でアルミパウチの個包装がされていますので、外出時にも便利。冷蔵庫で冷やせばひんやり使えます。

赤ちゃんのおしり拭き用もありますが、商品によってはベンザルコニウム塩化物の配合があったり、「99%水だけ」の表記があっても、保湿成分が配合されている商品などもありますので、まさに「肌にあった」夏の汗対策グッズ、探してみてください。

## 着心地いつも爽やか 抗菌防臭・消臭

**クラビオン**  
CRABYON



抗菌防臭加工  
規格番号 29Y94



日本アトピー協会  
S 812500 A

### ●クラビオンとは

甲殻類から採れるキチンを独自製法で再生し、抗菌防臭、消臭などの衛生機能を付加。デリケートなお肌の方にも安心してご利用いただける、「人にやさしい」レーヨンです。

### ●抗菌防臭、消臭、着心地いつも爽やか

優れた抗菌効果を持つ天然由来成分のキチン・キトサンの効果で清潔感をキープ。細菌の繁殖を防いで気になる汗のニオイも防止します。更に汗そのものの消臭にも優れています。抗菌防臭加工の設定基準にも適合しています。

### ●低刺激で、敏感肌にも安心

クラビオンに使われるキチン・キトサンは健康食品の原料にも使用されています。赤ちゃんやお年寄りをはじめデリケートなお肌の方にも安心してご利用いただけます。

オーミケンシ株式会社 541-8541 大阪市中央区南本町4丁目1-1 TEL.06-6210-5318 omikenshi.co.jp

送達ご希望の方はご連絡ください。 書面・メールにて受付中

## 日本アトピー協会通信紙 あとぴいなう

通信紙「あとぴいなう」は積極的な治療への取り組みと自助努力を促すことを趣旨とし多くの患者さんに読んでいただきたく無料でお届けしております。ご希望の方はお届け先・お名前・電話番号やメールアドレスなどをお知らせください。患者さん・医療従事者の方に限定しておりますが一般の方もご希望でしたらご連絡ください。スクリーニングの結果、お届け出来ない場合もありその節はご容赦ください。なお協会ホームページからもお申し込みいただけます。

次号発行予定 9月12日

〒541-0045  
大阪市中央区道修町1-1-7日精産業ビル4階  
電話 06-6204-0002 FAX.06-6204-0052  
E-Mail jadpa@wing.ocn.ne.jp  
Home Page http://www.nihonatomy.join-us.jp/



# アレルギーっ子ママが考えた『防災ハンドブック』が発行されました!! (発行) LFA食物アレルギーと共に生きる会

平成30年に発生した大阪府北部地震、西日本豪雨、そして、北海道胆振東部地震の支援経験を生かしたハンドブックを頂きました。LFA食物アレルギーと共に生きる会で代表大森真友子様に発行の経緯をお聞きました。



『災害が起きた時、アレルギーの人は何がどう困るのか』これがこの冊子を作ったきっかけです。

昨年、6月の大阪府北部地震、7月の西日本豪雨(平成30年7月豪雨)そして、9月の北海道胆振東部地震など自然災害が相次ぎました。LFA食物アレルギーと共に生きる会は、関西2府4県で活動をする食物アレルギーの人のための患者会です。

大阪北摂の地震では自分たちの活動エリアが震度6でした。給食室が使用できず簡易給食が配布され、ごはん、パン、ジャム、牛乳という献立を初めて目にしました。食べられない子どもは自宅から持参、私たちは自宅に食べられる物を多く備蓄しておかなければいけないと改めて思いました。

7月の西日本豪雨の際、LFAと繋がりのある患者会が被災しました。リアルタイムで状況連絡があり、SOSが入ってきました。LFAでは、繋がりのあった6つのアレルギー団体と協力して『アレルギーっ子なつ星』として寄付金を集めアレルギー配慮支援物資を被災地に送る活動をしました。

1週間を過ぎた頃、LFAにアトピーの悪化というSOSが入ってきました。その時にアトピー協会との出会いがあったのです。アトピー協会に連絡をして、過去の東日本大震災の時の支援状況を教えてもらい、爪切りも一緒に支援物資に入れたらよいことや、給水車の水の塩素が強いかもしれないという貴重な情報を頂きました。更に企業につながって頂き、肌着の支援もしてもらう事ができました。

一緒に活動していく中で、アレルギーを持つもの同士が繋がる大切さを実感する機会となりました。アレルギー配慮物資を送る際、どのようにして送付するのか、何を送ればいいのか、東日本大震災の時に被災したアレルギー団体に知識を貰いました。『これまでの被災経験が生かされていない。それは情報が共有できていないからなのか、それとも知っている人が限られているのか。』

そこで考えたのが、この防災ハンドブックです。LFA会員130名の中から立候補した2歳～20歳までのアレルギーっ子のママ達を中心となり、SNSでのアンケート結果532名からの知りたい内容やリアルな声を元にアイデアを出し合いました。炊き出し時、原材料表示をする意味や、番外編としてアトピー、喘息のページ、連絡カードなど患者目線で必要な事を追加していきました。また今年の1月には、アトピー協会を含む大阪にあるアレルギー支援

団体や行政職員、医師、アレルギー配慮食品の企業と共に会議を開催。先述の西日本豪雨の際に一緒に支援活動をおこなった『アレルギーっ子なつ星』の6団体に監修協力を依頼、更に、災害支援団体、子育て支援団体、行政、企業にも助言頂き修正、加筆。最終、全国に繋がりのあったアレルギーの会18団体にも内容のチェックをしてもらい完成しました。『いざという時、頼りになるのは周りの知識のある大人』アレルギーはわがままではない。

最後のページに、アンケートで一番声の多かった要望、『SOS相談窓口を載せてほしい』LFA会員協力の元、一生懸命SOS先を探しました。むやみやたらにSNSなどで発信をしても届かなければ意味がない。

どうしたらいいのか。その壁にぶつかった時『アレルギーっ子なつ星』で考えました。私たちにできることは何だろう。『正しい場所にSOSを届けよう』

今回冊子の最後のページには、災害時連絡用窓口LINE@を掲載しました。名前は【LFA Japan】全国の患者会と繋がっていこう。皆で助け合っていこう。1人でも多くの人に届くように、『アレルギーっ子ママが考えた防災ハンドブック』はLFA Japanホームページの以下アドレスより、無料ダウンロード配信中です。

<http://lfajp.com/pg186.html>

患者が患者の為だけに作るのではなく、周りの人にも理解してもらいやすいように内容を意識し作成した冊子です。ぜひ、周囲の子育て団体、災害団体、地域自治会などに広めてください。宜しくお願い致します。

LFA食物アレルギーと共に生きる会代表 大森真友子



## 【災害時連絡用窓口LINE@】

災害時連絡用窓口 一般社団法人 LFA Japan

**平常時に友だち追加を!**

LFA JAPAN は、全国の患者会のつながりを広げています。災害時に困ったらこちらに連絡をください。最寄りの患者会と連携の上、居住区の支援物資の受付拠点をお調べしてお伝えします。  
※災害時以外は対応していません

< メールアドレス > [lfa.saigai@gmail.com](mailto:lfa.saigai@gmail.com)

< ホームページ > [lfajp.com](http://lfajp.com) ※緊急カードダウンロード、過去の被災体験帳など

**LINE 公式アカウント**

@ray8171u

## 2019年度版大阪市保健所主催 「乳幼児アトピー・ぜん息相談のご案内」

## ご存じですか?「#インスタ医療団 !!」



ネットサイトは、事務所の大きなモニターで見られるし、携帯電話(ガラケー)は、記録に残るメールと出先でも直ぐに電話で話せる仕事用ツールとして十分重宝していました。

昭和な話で恐縮ですが、昔はよく電話する自宅や友人などの電話番号は、10件や20件くらい覚えていたように思いますが、ガラケーの登場ですっかり忘れてしまいました。また仕事の効率化という大きなメリットがあったのかもしれませんが、「取りあえず、後で電話しま〜す」と反面、忙しくなっただけのような気もします。そしてスマホの登場。今や仕事以外でパソコンを使う人は少なくなって、スマホがあれば何でも出来る日常になかなか馴染めません。そんな私も必要にかかれた訳かどうかも不明ですが、色々見れるからまあいいか〜という程度でスマホに替えました。

何をどうすればいいのかわからないままですが、ちょっと検索すると怪しい情報や眉唾な情報、タップしたくなるような誘い文句と、パソコンに届くメール同様、探している情報が埋もれています。特に医療情報は、正しく新しい情報でなければ、大きな健康被害にもなりかねません。

スマホに替えて、多くのドクターのツイッターやインスタグラム、そしてフェイスブックがあることを知りました。先生方も普段の診察で、お母さん方からの質問や相談に、なかなか時間が取れない。そして、SNSでの医療情報は根拠が無かったり怪しげな情報があまりにも多いと感じられ「#インスタ医療団」を結成されています。小児アレルギーがご専門の「ほむほむ先生」(@ped\_allergy)、小児科医の「ぱぱしょー先生」(@papa\_syo222)、同じく「NS先生」(@nuno40801)、皮膚科がご専門の「大塚篤司先生」(@otsukaman)、産婦人科の「戸田千先生」(@miyakowasureLC)、妊婦さん情報を発信されている「相川晴(HAL)先生」(@halproject00)。「教えてドクター 佐久先生」(@oshiedoctor)。「外科医けいゆう先生」(@Keiyou30)、病理専門医の「峰宗太郎先生」(@minesoh)。

ほか、多くの先生方が、まさに「無給の無休」で情報発信してくださっています。医学用語など出来るだけ使用せず、小さなお子さんをお持ちのお母さん方に分かりやすく、また病気の話し以外にも「どうすればいいの?」と感じておられる育児や素朴な疑問など、イラスト入りで丁寧なご説明には感謝しかありません。ぜひ、皆さんフォローやツイート、いいね!などなど、チェックして下さい。先生方同志のコミュニケーションや「これから当直!」「今から学会です!」など、診察室とはちょっと違う先生方の素顔も見られますよ。

2019年度 大阪市保健所

### 乳幼児アトピー・ぜん息相談のご案内

就学前の子どもの皮膚病やぜん息などのアレルギーの相談を行っています。

予約 予約受付

「乳幼児アトピー・ぜん息相談」の内容

医師の診察と相談  
アトピー性皮膚炎(湿疹)やぜん息(気管支炎)などのアレルギーの相談を行います。アレルギーの原因や治療法、予防法などについて、医師の診察と相談を行います。

個別相談(保健師・栄養士)  
アレルギーの原因や治療法、予防法などについて、保健師や栄養士の専門知識に基づいた個別相談を行います。

医師・保健師・栄養士の相談  
アレルギーの原因や治療法、予防法などについて、医師、保健師、栄養士の専門知識に基づいた個別相談を行います。

【日時・場所】

実施日	受付時間	開始時間	開催場所
5/29(水)	13:45	14:00	鶴見区保健福祉センター
7/31(水)	9:45	10:00	西淀川区保健福祉センター
9/24(火)	13:45	14:00	阿倍野区保健福祉センター
11/15(金)	9:45	10:00	中央区保健福祉センター
1/22(水)	9:45	10:00	北区保健福祉センター
3/6(金)	13:45	14:00	西区保健福祉センター

※ 母子手帳・お薬手帳などを持参してください。

【申込方法】  
電話にて、ご希望の日時(人数が限られるため、希望のグループまでお申し込みください)をお申し込みください。お申し込みの際は、お名前、住所、電話番号、アレルギーの症状、アレルギーの既往歴、アレルギーの検査結果(アレルギー検査の結果)をお知らせください。

【お問い合わせ】  
大阪市保健所 アレルギー相談センター  
電話 06-6647-0648  
受付時間 午前9時～午後4時(土曜・日曜・祝日を除く)

【アレルギー電話相談】  
電話 06-6647-0784  
受付時間 午前9時～午後4時(土曜・日曜・祝日を除く)

のスキンケア指導、掃除のコツなど、医師、保健師、栄養士の方々のセミナーもあります。アレルギー疾患は、早期介入、早期治療が、様々なアレルギーの予防につながるとされています。

お近くの会場を予約されて、ぜひともご参加ください。

申込み方法は、電話06-6647-0648にて、参加希望日(会場)をお申込み下さい。(大阪市保健所管理課保険事業グループ)

詳細は、以下ホームページをご参考ください。  
<https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000007720.html>

大阪市ホームページサイト内「アレルギー」でも検索できます。

※お詫び 鶴見区保健福祉センターでの開催は既に終了しています。

実施日	2019年				2020年	
	5/29(水)	7/31(水)	9/24(火)	11/15(金)	1/22(水)	3/6(金)
受付時間	13:45	9:45	13:45	9:45	9:45	13:45
開始時間	14:00	10:00	14:00	10:00	10:00	14:00
開催場所	鶴見区保健福祉センター	西淀川区保健福祉センター	阿倍野区保健福祉センター	中央区保健福祉センター	北区保健福祉センター	西区保健福祉センター

※ 母子手帳・お薬手帳などを持参してください。

また、大阪市保健所では、毎週、保健師・栄養士が、ぜん息などのアレルギーに関する電話相談を実施されていますので、そちらもご参考とさせていただきます。ご相談は無料です。

\*毎週 月～金曜日(午前9時～12時・午後1時～4時)  
乳幼児アレルギー電話相談 06-6647-0784

## 読んでみました!! この書籍!!



みなさんのご参考になれば幸いです。読めば参考になったり、反対に落ち込んだりする事もあるかもしれませんが、頑張って前向きに捉えて行きましょう。

【タイトル】「傷はぜったい消毒するな」  
【著者】夏井 陸 【出版社】株式会社 誠文堂 【定価】本体840円+税

著者は、「なついきずやけどクリニック」院長。「湿潤治療」を確立された形成外科医の先生です。先生が消毒に疑問を持たれたのは、研修医の頃、痔の手術で縫合した傷を消毒する時、先輩医師に「直ぐに便で汚れるから不要」と言われ、それ以外の手術は「化膿するからしっかり消毒しろ」と教わったとの事。どうして痔の手術後は化膿しないのか?と疑問を持たれたそうです。確かに化膿を放置すると敗血症など重篤な合併症を起こす可能性もあって、素人判断はやはり危険ですね。本書には、「病院を受診した方がよい外傷」として初めにまとめられています。擦り傷や浅い切り傷、軽度のヤケドなどの場合に用いる湿潤治療は、痛みも少なく、早く、しかもきれいに治るそうです。

市販されている消毒薬で、アナフィラキシーショックを起こした報告も40例を超えるとのこと。消毒薬で傷口が沁みるあの痛み、身体の生体防御反応?だったのでしょうか。



【タイトル】「マンガでわかる薬剤師」  
【出版社】株式会社 河出書房新社 【定価】本体1000円+税

お薬手帳もようやく定着した感じですが、実は手帳を持参すると薬剤費が安くなっている事はご存じですか?反対に持参を忘れて2冊になったりすると処方薬歴が分かりづらかったり、日本薬剤師会からは「eお薬手帳」というスマホアプリが無料ダウンロードも出来ますので管理には便利そうです。お薬手帳は、お薬のアレルギー歴や災害避難時、出張や旅行先などでは間違いなく効果を発揮します。特に、救急で搬送された時はお薬手帳の有無で処置に大きな違いが生まれる場合もあるようです。薬剤師さんのお仕事は、あまり詳しく知り得ませんね。沢山のカタカナで書かれたお薬の名前にその薬効、そして副作用に飲み合わせまで。薬剤名を覚えておられるだけでもすごいと思いますが、それでは仕事になりませんね。本書では調剤薬局で起こる患者さんとの様々な日常が描かれています。トローチは何故、穴が開いているのかご存じですか?



図書の貸し出しいたします。詳しくはお問い合わせください。

TEL 06-6204-0002 FAX 06-6204-0052