



あると便利な置き薬  
くすりの広貫堂

株式会社 布村薬品

電話 0776-54-1896 FAX 0776-54-1998

ホームページ <http://www.nunomura.com>

営業所 金沢 076-291-3760 敦賀 0770-25-6725

まいにち健康のバックナンバーはホームページの「健康情報」に記載されています。編集発行 薬剤師 布村 徳久

登録販売者 伊藤 孝治

## 風邪の話！



寒さが一段と厳しくなってきましたが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。

この時期気をつけたいのが「風邪」。年齢を問わず、もっとも頻繁にかかる病気の1つで、昔から「風邪は万病の元」と言われるくらい、あなどると厄介な病気です。今回はそんな風邪の特徴について紹介します。



### — 風邪の特徴 —

#### ① 風邪という病名は無い？

実は風邪とは、正式な病名ではありません。「風邪症候群」「普通感冒」「急性上気道炎」等様々な表現で呼ばれたり、わかりやすく「鼻かぜ」「のどかぜ」と言うこともあります。一般的に病原体により気道に炎症が起こり、症状が慢性にならないものを総称して「風邪」と言います。

#### ② 原因の9割はウイルス！

細菌等による場合もありますが、8～9割はウイルスが原因で、その種類も200以上になります。冬場は鼻かぜを起こす『ライノウイルス』や『コロナウイルス』、気管支炎を起こす事もある『RSウイルス』、症状や感染力の強さから別格扱いの『インフルエンザウイルス』等が目立ちます。

#### ③ 風邪の症状はなぜ起こるの？

発熱は免疫細胞を活発にし、高温を苦手とするウイルスと戦うためであり、咳や痰・鼻水は、ウイルスなどの病原体を体外へ追い出すための防御反応です。ところが、強い咳や発熱が続くと粘膜はただれ、体力は消耗し、風邪と闘えなくなってしまいます。体力の消耗するような症状があれば、薬を使う事をオススメします。

#### ④ 風邪薬の選び方。

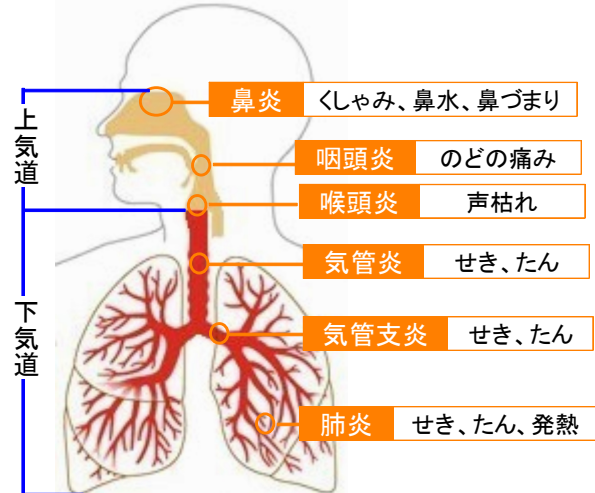
インフルエンザ以外、風邪のウイルスに効く薬は無く、治療で使うのは症状を抑える薬(対症療法)になります。風邪薬は諸症状を緩和する薬なので、つらい症状に応じた薬を選び、ゆっくり休む事が大切です。

### 主な風邪の原因

**ウイルス (抗生物質が効かない)** 風邪の9割(200種類以上)  
ライノウイルス、インフルエンザウイルス、アデノウイルス、  
エンテロウイルス(ポリオ、コクサッキー、エコーウイルスも仲間)  
コロナウイルス、RSウイルス、パラインフルエンザウイルス 等

**ウイルス以外の微生物 (抗生物質が効く)**  
細菌(肺炎球菌、溶連菌、黄色ブドウ球菌、インフルエンザ菌等)  
マイコプラズマ、クラミジア 等

### 炎症を起こす部位



風邪は主に上気道(鼻やのど)で起こりますが、抵抗力が落ち病原体が体の奥まで侵入しやすいと、肺炎などの合併症を起こしやすくなります。

平成26年10月1日から、高齢者を対象に成人用肺炎球菌ワクチンの定期接種がスタートしました。(5の倍数の年の方が対象)

肺炎は、癌、心疾患に続き、日本人の死因の第3位で、肺炎で亡くなる方の約95%は65歳以上の高齢者が占めています※。

日頃元気に過ごしていても、肺炎はちょっとした体調の変化で体の抵抗力(免疫力)が弱まったときなどにかかりやすく、特に高齢者は急激に重症化するリスクがあります。

※厚生労働省 人口動態統計(確定数)2012年

いちばん良い治療法は、自分の身体がウイルスに打ち勝つような環境・状況をつくることです。

もし風邪をひいてしまっても、**安静・保温・栄養**の三原則を守ってなるべく早く治るように心掛けましょう。

くしゃみ・鼻水  
鼻づまりに…



鼻炎薬

せき・たんに…



鎮咳去痰薬

頭痛・発熱  
のどの痛み…



解熱鎮痛薬

症状が2つ以上重なる時や、風邪の引き始めに…



総合感冒薬 ※上の薬との併用は避けて下さい

