

知っておきたい

薬のはなし



町では皆様に安心してお薬を使用していただくために、令和4年度から四日市薬剤師会と協力しながらお薬に関する情報をお伝えしています。

今回は“食中毒と薬”についてお伝えします。

梅雨の時期に気を付けたい食中毒と薬



四日市薬剤師会
薬剤師 橋本世李

梅雨の時期になると、気温や湿度が高くなり、食中毒が起こりやすくなります。

もし食中毒になってしまった場合、主な症状は下痢や嘔吐、腹痛などです。このような症状は、体の中に入った菌や毒素を外へ出そうとする体の防御反応でもあります。

そのため、自己判断で下痢止めの薬を使うと、原因となる菌を体内にとどめてしまう場合もあります。症状が強い場合や長く続く場合は、無理をせず医療機関を受診しましょう。

また、下痢や嘔吐があると体の水分が失われやすくなります。脱水を防ぐためにも、水分補給をこまめに行うことが大切です。経口補水液などを利用すると効率よく水分や電解質を補うことができ、回復が早まります。

食中毒を防ぐための日頃の心がげと、症状が出たときの適切な対応が大切です。お薬の使い方や体調について不安なことがあれば、どうぞお気軽に薬剤師へご相談ください。

健康手帳の交付について

○健康手帳とは

健康手帳とは、

特定健康診査・がん検診・歯周疾患検診・骨粗しょう症検診・肝炎ウイルス検診などの検（健）診の結果や、血圧・体重などの健康状態を記録できる手帳です。検（健）診などの記録は、本人または家族が記入してください。

ご自身の健康状態を記録していただき、医療を受ける時には、この手帳を医師もしくは歯科医師または薬剤師に見せるなど、健康を守るために役立ててください。

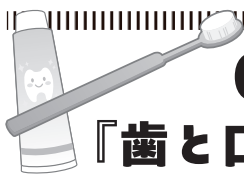
○健康手帳の交付について

子育て健康課の窓口で交付しています。

また、保健福祉センターで実施する集団がん検診時に交付しています。

ぜひご活用ください！

問い合わせ先 子育て健康課 TEL 377-5652



6月4日～10日は 『歯と口の健康週間』です。

この週間は、歯と口の健康に関する正しい知識を国民に対して普及啓発するとともに、歯科疾患の予防に関する適切な習慣の定着を図り、併せてその早期発見及び早期治療等を徹底することにより歯の寿命を延ばし、もって国民の健康の保持増進に寄与することを目的としています。

むし歯や歯周病は、食生活に気をつけて、丁寧なブラッシングでお口の中を清潔に保つことによって、進行を防ぐことができます。歯の表面だけでなく、歯と歯ぐきの境目を丁寧に磨くことがポイントです。できれば、半年に一度は、歯科検診を受けて、むし歯や歯周病の状態、お口の汚れなどをチェックしてもらうことをおすすめします。

歯みがきは 体を守る 最前線



●8020運動を進めよう
(80歳以上の高齢者の歯の健康を促す)
●一生自分の歯で食べよう
●歯みがきで心と体を健やかに

主催：厚生労働省・文部科学省・日本歯科医師会・経済産業省・国土交通省・日本学術振興会
後援：日本歯科工業会・全日本アッシュ工業協同組合・日本歯科衛生士会