
 抗生物質（抗菌薬）：風邪のほとんどはウイルスによる感染症のため、抗生物質では風邪の原因のウイルスを退治することはできませんが、ウイルス感染と細菌感染を合併した場合には抗生物質が必要となります。

 緑内障の方：緑内障の方には使用できない薬があります。『緑内障』には種類があり、自分がどの種類の緑内障なのか眼科の先生に確認をしておくとい良いでしょう。

■薬以外に自分でできること



★×××★×十分な休養と栄養をとり、脱水にならないように

しっかりと水分補給しましょう★×××★××××★××××★

はちみつ	風邪の咳に対する効果が確認されています。 ただし、免疫が未発達な <u>1歳未満の乳児は「乳児ボツリヌス症」の中毒を起こすリスクがあり使用できません（加熱しても安全にはなりません）。</u>
経口補水液	水分、ミネラルの補給に適しています。スポーツドリンクでもOKです。
アイスクリーム	食欲がない場合も冷たくて心地よく、カロリー摂取もできます。 おなかの冷えに注意が必要です。
おかゆ、うどんなど	食事はおなかにやさしく、あたたかい食べ物が最適です。
のど飴	のどの痛みや不快感を軽減します。



- 咳やくしゃみが出る時は、マスクを正しく着用し、手洗いをしっかり行って周りの人にうつさないように心がけましょう。
- 喫煙は咳を悪化させ、風邪を長引かせるので控えましょう。

■次の症状に当てはまる場合は風邪以外の病気の可能性もあるので早めに受診しましょう

●38.5℃以上の発熱が4日以上続くとき

●息苦しい、息をすると胸が痛むなど、呼吸が辛いとき

●食事や水分がとれていないとき



自分に合っている薬がわからない場合や他の病気の治療をしていて飲み合わせが心配な場合は、かかりつけの医師、薬剤師に相談するようにしましょう。

薬剤師 茂木 香保里

