

ファルマプランだより

No. 108 冬号

新年明けましておめでとうございます。

ここ数年の「夏の猛暑」は、命の危険と同時に世界の気候変動の恐怖を感じずにはられません。大阪ファルマプランの各事業所では、大阪府の猛暑対策の一環であるクールスポット事業への登録や、緑のカーテンプロジェクトとして「ゴーヤづくり」に挑戦しました。

昨年のノーベル平和賞に日本原水爆被害者協議会（日本被団協）が受賞されました。受賞について選考委員会は「1945年8月に原爆の攻撃を受け、核兵器を使うと壊滅的な結果になるという認識を広げるため、精力的に活動する世界的な運動が生まれた。核兵器の使用は道徳的に受け入れられるものではないとする強力な規範が形作られ、『核のタブー』として知られるようになった。この中で広島と長崎の被爆者の証言は、唯一無二のものだ」としています。昨年11月、私が参加した第30回国際HPHカンファレンス（広島開催）において、開会式での日本被団協のスピーチのあと、世界各国の参加者からスタンディングオベーションが起こり、会場が「平和の祈り」に包まれました。しかし、世界各国では戦争や紛争が長期化し、逃げ惑う子供たちの悲鳴が絶えない一年でした。今こそ日本の発信力が、世界から求められているのではないのでしょうか。

私たちは、ISO9001・2015の品質マネジメントシステムを運用し、患者・利用者の皆様に安全・安心で信頼してご利用いただけるよう、日頃から努力を重ねております。今年も皆様からのご指導ご鞭撻をいただきながら、さらに地域のなかで

選ばれる薬局・福祉用具レンタルをめざして頑張る所存でございます。

本年も皆様方にとってよりよい一年であることを祈念し、新年にあたってのご挨拶とさせていただきます。

一般社団法人

大阪ファルマプラン

理事長 宇都宮 励子



感染性胃腸炎について



感染性胃腸炎はウイルスに汚染された食品の摂取や、感染者を介して人から人へ感染します。例年冬から流行し始め、春頃まで続きます。

今回は、感染予防のための**3つのポイント**をご紹介します。

① 手洗いの励行・手をきれいにしましょう！

感染性胃腸炎に有効なお薬はありません。正しくていねいな手洗いを行い、手の汚れをしっかりと洗い流すことが重要です。



- ✓ 石けん(液体石けんが推奨されています)をよく泡立てる
- ✓ 30秒以上しっかりと洗う
- ✓ 流水で十分すすぐ
- ✓ 手洗い後のタオルは共用せず、個人用タオルかペーパータオルを使用する



日ごろから、調理前後、食事前、外出後、トイレの後などに手をしっかりと洗いましょう。

「ノロウイルス等の食中毒防止のための適切な手洗い」

<http://www.youtube.com/watch?v=z7ifN95YVdM&feature=youtu.be>

二次元コードをスマホで読み取って、しっかり手洗いしましょう！



YouTube

② 食中毒を予防しましょう！

食べ物を調理する際に、熱湯消毒や洗浄、加熱をしっかりと行いましょう！



- ✓ カキ等の二枚貝は、中心部まで十分に加熱しましょう
湯通し程度では、ウイルスは死滅しません
- ✓ 二枚貝の調理に使用したまな板や包丁は、すぐに熱湯消毒しましょう
- ✓ 野菜、果物などの生鮮食品は、水道水で十分に洗いましょう
- ✓ 調理する際、食事前、トイレの後には、よく手を洗いましょう



③ 適切な嘔吐物・便の処理(ウイルスによる感染性胃腸炎)

ウイルスによる感染性胃腸炎では、感染している人の嘔吐物・便から二次感染します。ウイルスが乾燥すると、簡単に空中を漂い、その飛沫をわずかに吸い込むことで感染するため、処理するには次の注意をしましょう。

1.すぐにふき取る・乾燥させない

2.きれいにふき取ってから消毒する

- 汚物は使い捨ての雑巾やペーパータオル等でふき取り、ふき取った汚物はビニール袋に入れて密封し、燃やせるゴミで出す
- 便や嘔吐物が着いた床や衣類・トイレの便器等は、市販の塩素系漂白剤を薄めた消毒液で消毒する

3.しっかり手洗いをする

また、症状がなくなっても、2週間程度は便にウイルスが排出されているので、症状が落ち着いてからも、手洗いをしっかり行いましょう。

「感染性胃腸炎の感染拡大を防ごう」消毒方法をご紹介します
(大阪府茨木保健所)

https://www.youtube.com/watch?v=22gs_hxCtSE

二次元コードをスマホで
読み取って、しっかり
予防しましょう！



YouTube

汚物処理時の消毒液について

嘔吐物や排泄物の適切な処理は感染を防ぐカギです。

汚物処理には、次亜塩素酸ナトリウムが適しています。次亜塩素酸ナトリウムは、消毒剤や塩素系除菌漂白剤として、広く用いられています。ご家庭でも、食器やふきんの漂白に用いられていると思います。
(商品名：ハイター、キッチンハイター、キッチンブリーチ 等)

次亜塩素酸ナトリウムは、使用用途に合わせて薄めることで効果を発揮します。汚物処理には有効塩素濃度0.1%以上の希釈が推奨されています。



0.1%次亜塩素酸ナトリウム液の作り方

水1L(リットル)に対して、次亜塩素酸ナトリウム原液約20ml
(めやすとしては、500mlペットボトルにキャップ2杯弱)

希釈液を作り置きしない

嘔吐等はいつ起こるかわかりませんが、すぐに対処できるように希釈液を作り置きしてはいけません。次亜塩素酸ナトリウム希釈液の消毒効果は時間とともに弱まります。十分に消毒出来ず、感染を広げる可能性があります。希釈液は、必要な時に必要な分だけ作りましょう。

古い次亜塩素酸ナトリウムは使わない

ハイターやキッチンハイター、ブリーチ等は、次亜塩素酸ナトリウム濃度が6%になるよう生産・販売されています。通常、主成分の次亜塩素酸ナトリウムは、常温で保管していてもゆっくりと分解し、濃度が低下していきます。特に、直射日光のあたる場所や高温での保管では分解が進むことが一般的に知られています。ご自宅のハイター等に含まれている次亜塩素酸ナトリウムも、分解している可能性があります。購入してから3年以上経過した古い製品は、次亜塩素酸ナトリウムの濃度が低下している場合がありますので、使用は控えましょう。

次亜塩素酸ナトリウムは取り扱いに十分注意する

- ・ハイター等が目に入ると、薄めた液体でも失明の可能性があります。十分注意して使用しましょう
- ・皮膚についた場合は、すぐに水で十分洗い流してください
- ・金属製品、繊維製品、木工製品などに使用すると、腐食や変色する場合があります
- ・使用する時は十分な換気を行い、使用後は十分に水ですすいでください
- ・漂白効果があるので、衣類などの色落ちに注意しましょう

注
意

感染性胃腸炎にかかったら…

感染性胃腸炎にかかってしまったら、自宅で十分な水分補給をしつつ安静にしましょう。特に小さなお子様や高齢者の方は、下痢や嘔吐、発熱で脱水症状になってしまいますので、水分補給は欠かせません。嘔吐が半日～1日経っても止まらず、水分が取れない場合は、すみやかに医療機関を受診しましょう。

(一社)大阪ファルマプラン 〒555-0024 大阪市西淀川区野里3-6-8
<https://www.faruma.co.jp>

あ お そ ら 薬 局	電話:06-6477-8080
そ よ か ぜ 薬 局	電話:06-6475-4670
あ お ば 薬 局	電話:06-6318-3787
す み れ 薬 局	電話:06-6556-3808
す ず ら ん 薬 局	電話:06-6476-0121
な ぎ さ 薬 局	電話:06-4395-7600
も え ぎ 薬 局	電話:06-6886-4770
あおぞら薬局 淡路店	電話:06-6160-0025
あおぞら薬局 三国店	電話:06-6394-3630
か が や 薬 局	電話:06-4702-3101
な つ め 薬 局	電話:06-6699-9977
こ つ ま 薬 局	電話:06-6656-6007
介護ショップふあるま	電話:06-6477-8180



FARUMAPLAN



発行年月日
2025年1月4日