

10月は気温差による体調不良や風邪などの健康トラブルが
起こりやすい季節です。また、夏から続いた疲れが表面化し
やすい時期でもあります。

ファミリー健康相談では、体調管理や生活習慣病予防、気
になる症状への対応など、健康に関するさまざまな相談を、
24時間年中無休で専門スタッフがお受けしています。ぜひお
気軽にご利用ください。



ファミリー健康相談ではこんな相談が・・・

Q：急に顔が動かしにくくなり、水を飲むと口の端からこぼれてしまう。脳の病気が心配。

A：突然、顔がゆがむ、目が閉じにくい、眉が動かない、口元から水がこぼれるなど、顔の筋肉が動かしづらくなる場合は、顔面神経麻痺の可能性があります。これは、ヘルペスウイルスや水痘・帯状疱疹ウイルスの再活性化が原因で、疲れやストレスにより免疫力が低下すると、これらのウイルスが顔面神経に障害を与え、表情筋が動かなくなることがあります。顔の症状の他に、涙が出にくい、味がわかりにくい、耳の痛み、聞こえが悪い、めまいなどの症状が現れることもあります。発症から3日以内の受診が、完治するか後遺症が残るかの分岐点と考えられていますが、かかりつけ医や脳神経の専門医を受診して検査を受けているうちに、1週間以上が経過してしまうこともあります。顔の症状以外に、片側の手足のしびれ、頭痛、吐き気などがある場合は、脳の病気の可能性があります。そうでない場合は耳鼻科を受診することで早期診断・早期治療につながります。顔面神経に関する診療は耳鼻科の領域に含まれており、原因の特定や麻痺の程度の評価が可能です。適切な早期治療を開始するためにも、できるだけ早く受診することが大切です。

顧問医からのメッセージ

今月のテーマは、
〈OTC 医薬品について〉



OTC医薬品とは、薬局、薬店、ドラッグストアなどで処方せんなしに購入できる医薬品のことをいいます。その語源は、英語のOver the Counter（オーバー・ザ・カウンター）の略で、薬局のカウンター越しに薬を購入できることに由来しています。

OTC医薬品は、要指導医薬品、第1類医薬品、第2類医薬品、第3類医薬品の4種類に分類されます。要指導医薬品、第1類医薬品は、薬局、薬店、ドラッグストアなどのカウンターの後ろの棚や鍵のかかったケースに保管され、店頭には空箱が並べられているなど、購入者が直接手に取って購入することができなくなっています。薬剤師から書面で使用方法や相互作用（他の薬との飲み合わせ）、副作用などの説明を必ず受けて購入する必要があります。第2類医薬品、第3類医薬品では、薬局、薬店、ドラッグストアなどで購入者が薬を直接手にとって購入することができます。しかし、薬の種類がたくさんあってどれを選んだらよいかわからない場合には、販売店にいる薬剤師や登録販売者に相談するとよいでしょう。

OTC医薬品はセルフメディケーションの考え方からも重要になります。セルフメディケーションとは、世界保健機関（WHO）において「自分自身の健康に責任を持ち、軽度な身体の不調は自分で手当てすること」と定義されています。普段から自分自身で健康管理を行い、軽度な身体の不調時にはOTC医薬品を上手に使うことで対応してみましょう。OTC医薬品を上手に活用することが自分自身のセルフメディケーションの向上につながっていきます。しかし、OTC医薬品を使っても症状が改善しない場合や悪化する場合には、速やかに医療機関を受診して医師の診察を受けるようにしましょう。

ご自身やご家族の健康で気になることがありましたら、ぜひファミリー健康相談をご活用ください！
専用電話番号は組合の「お知らせ」をごらんください。