

アメリカ人と結婚した女性がいる。仲睦まじく、やや「かかあ天下的」ですらある。ところが彼女がいくら説明しても、「それは日本人が悪い」と切って捨てられることがあるという。

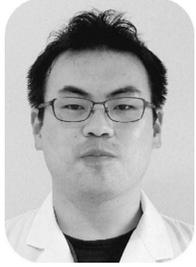
それは、日米地位協定の問題とのこと。彼女にしてみれば、沖縄の基地問題や米軍の制空権のことを考えていたのであろう。彼の方が本質を見抜いていたのである。

「日本人が悪い」のあと説明されたのは、「ソ連崩壊後の西欧の国々だけでない、比島や、キューバを控えたドミニカや

## くすりの話あれこれ 133

### ノロウイルスに注意を

院内薬局 薬剤師 佐藤拓哉



感染経路について

1月になるとインフル

カリブ海諸国からも米軍基地はなくなっている。国民が要らないと断ったからである。「日本人は断らないからである」というもっともな事実だ。

## 新春随想



### 「日本人が悪い！」

中澤正夫

年、一度だけである。60年近く前である。米軍基地は、沖縄に集中し、地位協定の問題は、沖縄問題に収斂したかの感がある。

ばいある。私の住む神奈川県には、原子力空母を擁する横須賀基地、極東米空軍司令部のある厚木基地がある。そこへの抗議デモは滅多にない。もちろん、歴代政権が、アメ

約に依っている。安保条約は、一方が不用と通告すれば、一年後に自然解消と決まっている。安保破棄を求めて国民が立ち上がったのは1960

辺野古を、オール沖縄のデニーさんが知事になったと、喜び安心しているのが、昨今のヤマトンチユウの現状ではあるまいか。本州にも基地はいっ

り力の傘の下を選んでいくから、簡単にいかないのだが、本当にこれだけののかな...と思う。昨今は、安倍政権のあら探しはするが日本人は



エンザだけでなくノロウイルスが流行します。感染力が非常に強く少量のウイルス(10〜1000個)でも発症してしまいます。主に経口感染で、ノロウイルスに汚染された二枚貝(主に牡蠣)などを摂取することで感染します。家庭では感染者の便や嘔吐物に触れた手指で取り扱う食品などを介して二次感染を起こすことが多くなっています。

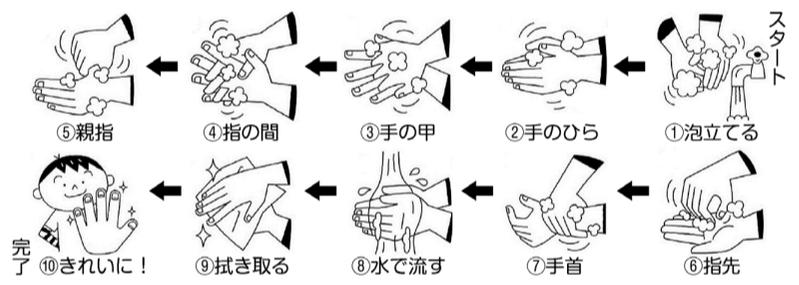
2日で治まります。有効な抗ウイルス剤がなく、対症療法が行われます。特に抵抗力の弱い乳幼児や高齢者が感染すると、「脱水症状」になりやすいので、症状が少し落ち着いた時に、少しずつ水分補給を行ってください。脱水症状がひどい場合には、病院で輸液(点滴)を行うなどの治療が必要となります。下痢症状が酷いからと言って、強い下痢止めを服用するとウイルスが腸管内に溜まり回復を遅らせる場合がありますので注意が必要で

#### 症状と対応

ウイルスの潜伏期間は12〜48時間で、突然の嘔吐や吐き気・腹痛からの水様性の下痢症状や37〜38℃の発熱が特徴ですが、ほとんどの場合1〜

「脱水症状」になりやすいので、症状が少し落ち着いた時に、少しずつ水分補給を行ってください。脱水症状がひどい場合には、病院で輸液(点滴)を行うなどの治療が必要となります。下痢症状が酷いからと言って、強い下痢止めを服用するとウイルスが腸管内に溜まり回復を遅らせる場合がありますので注意が必要で

汚物(嘔吐物や排泄物)にはノロウイルスが大量に含まれています。ノロウイルスはアルコールに強い抵抗性を持っています。汚物を処理する際は、「次亜塩素酸ナトリウム」を原液20mlに対して1Lの水で薄めて消毒して下さい。また、調理の際には熱をしつかり通すことで予防に繋がります。これからの季節は、手洗いやうがいをしてしっかり予防しましょう。



感染対策は日常的に「手洗いの基本」

「日本は、文化的で一番安全な国」と考えているのではないかと思う。唯一の被爆国なのに核兵器禁止条約にも批准しない日本を世界の人はどう見ているのだろうか。安倍という二流催眠術師にかかっているアホな国民と見ていることだろう。

かつてシニバイツァーは、「もう一人あなたに反対しなかったゆえに核戦争がおきる」と説いた。これは、国や、団体や、雰囲気や、礼節の問題ではない。私達一人ひとりの問題である。今年自分でも考えて自分で行動する年にしたい。

民医連  
**代々木歯科コーナー**  
連載



お口の乾燥の予防法  
— その56 — 歯科医師 上田英範

今回はお口の乾燥についてお伝えしたいと思います。活舌が悪くなった、パサパサして飲み込めない、舌がヒリヒリするといったことはありませんか?もしかしたら、唾液量の低下が原因になっているかもしれません。

それ以外の場合では、積極的に水分を摂取する、唾液腺のマッサージを行う、保湿マスクの使用を試してみてください。そして、口をよく動かすことが唾液分泌を促進しますので、よく話し、よく噛むことが身近にできる口腔乾燥予防法になります。

### 図: 唾液腺マッサージ



**耳下腺への刺激**  
人差し指から小指までの4本の指を頬にあて、上の奥歯のあたりを後ろから前へ向かって回す(10回)。

**顎下腺への刺激**  
親指をあごの骨の内側のやわらかい部分にあて、耳の下からあごの下まで5か所ぐらいを順番に押す(各5回ずつ)。

**舌下腺への刺激**  
両手の親指をそろえ、あごの真下から手をつきあげるようにゆっくりグーっと押す(10回)。

俳句  
安曇野の空気味はふ新リンゴ  
調布市 菅 貞夫  
ときじくの地震に身構ふそぞろ寒  
調布市 菅 貞夫  
(6面に続く)

●早期発見で助かった  
品川区 嶋長廣  
貴院の原爆被爆健診で直腸癌が見つかり紹介された昭和大学病院で8月初めに手術をしました。お蔭で早期発見のため転移も、抗癌剤の使用もなく本当に助かりました。誠にありがとうございました。皆さん、癌は早く処置しましょう。

●自転車でも体を鍛える  
横浜市 諏訪文雄  
自転車生活50年。年は取ってもできるだけ乗るようにして体を鍛えて国会前集会に参加できるようがんばります。

●お詫びと訂正  
614号の5面読者コーナーで吉澤幸子さんの苗字を誤って「古澤」と掲載してしまいました。訂正し、お詫び申し上げます。

読者コーナー