

【夏場に流行、手足口病とは？】

手足口病は夏季に流行し、7月にピークを迎えるウイルス性の感染症です。感染すると、手のひら、ひざ、足のうら、お尻などに小さな水ぶくれができます。口の中にも水ぶくれができ、それで歯科医院を受診する方もおられます。



自然に治るウイルスによる病気なので、飲み薬は必要なく、手足の水ぶくれにも塗り薬などは不要です。

しかし、ひどくなると痛みで食事ができなくなったり、高熱が出ることもあります。高熱が続いたり、吐いてぐったりしている時などは医療機関を受診してください。

手足口病の特長

- ☑ 夏季に流行し、7月にピークを迎える。
- ☑ 何度もかかってしまうことも。
- ☑ まれに大人も感染することがある。

参考 SARAYA 手足口病とは？
<http://family.saraya.com/kansen/teashikuchibyoo/index.html>

くしゃみなどのしぶきや手の接触でうつるので、こまめな手洗いをしましょう！

子どもの三大夏風邪に注意！

夏になると子どもを中心に患者数が増える感染症が、「手足口病」「ヘルパンギーナ」「咽頭結膜熱（プール熱）」。「子どもの三大夏風邪」と呼ばれたりもしますが、例年6月から8月にかけてそれぞれの流行がピークを迎えますので、特長や注意点を確認し、事前の感染対策に備えましょう。

➡ 手足口病

➡ ヘルパンギーナ

➡ 咽頭結膜熱（プール熱）

【ブーム拡大中 意外と知らない甘酒のヒミツ】

甘酒の消費が近年大きく伸びているそうです。甘酒は「寒い時期に飲まれる」というイメージが強いものの、伝統的には夏場の飲み物として親しまれており、森永の「冷やし甘酒」は猛暑下でも冷たく、飲みやすい口当たりで、水分、塩分、糖分補給の助けになって夏バテを防止する——と人気を集めています。



発酵学が専門の北本勝ひこ・日本薬科大学特任教授は、甘酒の機能性について、「酒粕甘酒には、保湿成分や腸内で脂肪を包み込むレジスタントプロテインといった成分が含まれており、米麴甘酒にはアミノ酸、ビタミン、オリゴ糖、麴セラミドなどの健康や美容に良い成分が含まれていると話しています。

最近では、清酒・八海山で広く知られる南魚沼市の八海醸造も、甘酒の製造・販売を積極的に展開しており、「八海山の醸造元だから、酒粕から甘酒を作っているのだろう」と想像しがちですが、商品はその名も「麴だけでつくったあまさけ」——米麴を使った甘酒を東日本中心にスーパーなどで販売しているそうです。



夏バテ予防に「甘酒」はいかがでしょうか？

参考 <http://www.yomiuri.co.jp/fukayomi/ichiran/20170220-OYT8T50037.html>

🌸 AUGUST 8 2017 🌸

日	月	火	水	木	金	土
30	31	1	2 休診	3	4	5 17時まで
6	7	8	9	10	11	12 休診
13	14 休診	15 休診	16	17	18	19 17時まで
20	21	22	23 休診	24	25	26 17時まで
27	28	29	30 休診	31	1	2 17時まで

