

健康



ノロウイルスに注意

- ▶特徴…感染力が非常に強く、人の腸管で増殖します。
- ▶主な感染経路
 - ウイルスに汚染された食品、特に二枚貝を十分に加熱せずに食べる
 - 感染者のふん便や嘔吐物に直接またはトイレのドアノブなどを介して触れる
 - 床に飛散した感染者の嘔吐物の飛沫を吸い込む
- ▶症状…感染から発症までの潜伏期間は1～2日で、腹痛、下痢、吐き気、嘔吐などがみられます。通常3日程度で回復しますが、その後も1週間～1カ月程度ウイルスが便とともに排せつされます。
- ▶予防のポイント
 - 食事や調理をする前、トイレの後には石けんで手を洗いましょう
 - 食品は、中心部まで十分に加熱しましょう
 - 調理器具は、洗浄、消毒し、常

に清潔を保ちましょう

- 感染者が使用した、食器、下着、トイレのレバー、ふた、ドアノブなども消毒しましょう
- ※家庭用塩素系漂白剤で消毒すると効果的です。消毒液の作り方は、市ホームページをご覧ください。

図健康推進課

TEL 20-4213

FAX 22-1077



講座・教室

市民スキースクール

- ▶講師…公認指導員
- ▶とき…令和7(2025)年1月18日(土)・2月1日(土) (9:30現地集合。15:00解散予定)
- ▶ところ…高柳ガルルのスキー場
- ▶対象…小学生以上
- ▶定員…各回30人(先着)
- ▶参加料…1回4千円(保険料、リフト代、レッスン料込み)
- ※当日お支払いください。
- ※スキー用具(スキー板・スキー

ブーツ・ストック)のレンタルは別途2,500円。

※昼食は各自で用意してください(希望者には別途700円で用意します)。

▶申し込み…参加希望日の2日前までに、二次元コードから申し込み、または申込書を直接、スポーツ振興課、高柳ガルルのスキー場、こども自然王国へ。

※要項・申込書は申し込み先にある他、市ホームページからダウンロード可。



図スポーツ振興課

TEL 20-7010

FAX 23-0881



歯の用心



柏崎市歯科医師会

骨吸収阻害薬の副作用、顎骨壊死

図健康推進課

TEL20-4213

FAX22-1077

歯科と関係ないと思われがちですが、口腔周囲への副作用が心配される、骨粗しょう症に関する薬剤についてお話しします。

骨粗しょう症に対して処方される薬剤にビスフォスフォネート製剤というものがあります。この薬剤は骨粗しょう症、乳がん・前立腺がんなどの骨転移、多発性骨髄腫などに投与されます。がんの骨転移による骨折・まひなどの予防や治療、骨痛の軽減、転倒による高齢者骨折の

予防などに非常に有効性の高い薬剤です。

しかし、副作用で、抜歯や歯周治療、状態の悪い歯または歯周組織の炎症などをきっかけに顎骨壊死が生じることがあります。症状は、①痛みを伴う持続的な骨露出②顎が重い感じやしびれ感③歯茎の腫れ、歯茎から膿が出る、歯がぐらぐらするなどですが、痛みを伴わず無症状のこともあります。進行すると痛みや感染が悪化し、弱い力で顎

の骨が折れたり、皮膚に穴が開いて膿が出たりします。

現在、顎骨壊死に対する有効な治療法は確立されていませんが、口腔内洗浄、抗菌薬の投与、疼痛管理、壊死骨の除去、顎骨切除などの治療法が推奨されています。そういった治療を必要としないためにも歯科医と処方医が綿密に連携し、ビスフォスフォネート投与前後の口腔を管理することが非常に重要です。この薬剤以外の骨吸収抑制薬でも同様の症状を起こすことが知られているため、今一度ご自身の内服薬を確認し、口腔周囲に副作用の影響がないか確認してみたいかがでしょうか。

(日本口腔外科学会HPより一部抜粋)