

『昔の常識、今の非常識』

ほ

っとクリニック vol.105

町立金山診療所 ☎52-2915



消毒薬はバイ菌を殺す薬と考えられています。つまり、自然治癒力を持った細胞まで死んでしまうため、消毒すると傷の治りが遅くなります。まさに傷に塩を塗る行為です。正解は消毒するのではなく、大量の水で洗って細菌を除去することです。

▼間違いその1

傷口は消毒しなければいけない

今回のほっとクリニックは、医学に関して、昔は当たり前と思われていたことが今はやっではいけないと言われている常識をいくつか紹介します。



副所長
瀬尾 恭一 医師

▼間違いその2

傷は乾かしてかさぶたにすれば治る

傷を乾かすと傷口の細胞や組織が死滅します。そうするとかえって治りは悪くなります。現在は乾燥を防ぐような被覆材や軟膏を使用することが多いです。市販のものとしてはキズパワーパッドなどがありますね。乾燥を防いだほうが、傷はより早く、きれいに治るのです。

▼間違いその3

熱があるときは

お風呂に入ってはいけない

風邪の原因であるウイルスや細菌は肌の表面に付着して汗などを餌として繁殖します。汗をかいてじとじとしている不衛生な肌は、細菌やウイルスが繁殖する格好の場所。高熱でふらついている、意識が混濁しているなどの症状がない限り、大人も子供も風邪をひいた場合、入浴してしっかりと汗を洗い流し、体を清潔にしていたほうが早く治ります。ただし湯冷めには注意しましょう。

▼間違いその4

風邪をひいたら

風邪薬を飲まなければいけない

風邪をひくとお医者さんにかかって風

邪薬をもらう方も少なくないと思います。しかし、風邪は自然に治るもので、薬で治るものではありません。普通は1週間程度で治りますが、14日程度かかる場合も。我々が風邪の患者様に処方するものは症状を和らげるものであり、風邪を治すものではありません。また風邪のほとんどはウイルス感染であり、インフルエンザを除いて有効な抗ウイルス薬は存在せず、抗菌薬（抗生物質）は風邪に直接効くものではありません。最も良いのは、体をあたため（免疫力が上がる）ゆっくり休むことなのです。

▼間違いその5

予防接種の後はお風呂に入ってはいけない

予防接種後にお風呂に入るとは問題ありません。ただし、接種後1時間は副反応がないか様子を見るために入浴は避けましょう。また長時間の入浴は体力を消耗するため避けましょう。

いかがでしょうか。昔聞いていたことが「えっ？違っちゃーん！」ということはありませんでしたでしょうか。医学は日々進歩します。今、常識となっていることも数年後にはまた変わっているかもしれませんね。