

すくすく

NO. 26
19年1月1日
発行



冬と子ども達

1 ノロウイルスと冬のウイルス

金原 洋治

新年あけましておめでとござい
ます。今年も、子ども達にとって、お母
さんお父さんにとって良い年になるよう
お祈りしています。

早いもので開業以来9回目の冬がやっ
てきました。毎年冬には、沢山の感染症
が流行しますが、今回は、現在大流行し
ているノロウイルスによる胃腸炎とRS
ウイルス感染症についてお話しします。

ノロウイルスによる胃腸炎について

毎年秋から冬にかけて流行してしまし
たが、昨年末から大流行し、この一冬の
感染者は1000万人位だと予想されて
います。このウイルスに感染すると1〜
2日間で人の小腸で増殖し発症します。

症状：

少しずつ症状が異なりますが、次のよ
うなパターンが典型的です。いきなり吐
き気を催し、数時間の間に立て続けに
何度も吐きますが、半日くらいすると吐
き気は随分軽くなってきます。胃が締め
付けられるように痛むこともあります。
熱はない場合も多いですが、稀に38度
〜39度が1〜2日でも起こることもあり
ます。最初の1〜2日は頭痛を伴うことも
あります。下痢は、ない場合も多いです
が、嘔吐が治まってから1週間くらい
続くこともあります。

家庭での対処法：

嘔吐は最初の半日位過ぎるとウソのよ
うに回復してきますので、吐き気が少し
落ち着いたら、食べ物口にはせず、電解
質が入った水分を盃やぐいのみで1杯程

度から少量頻回に飲ませましょう。水分
でも吐き気を催さなくなったらおかゆや
スープ、十分に煮込んだうどんなどを与
えるといいでしょう。軽症の場合は以
上のような処置をして様子を見ていれば
回復してきます。これらの処置でも症状
が改善しない場合には、受診されてくだ
さい。当院では、通常の胃薬の他に、漢
方薬（五苓散）をおしりから注入したり
口からのんだりする治療を取り入れてい
ますが、とてもよく効きます。

診断と検査：

ノロウイルス以外にも、ロタウイルス
やアデノウイルスなどもよく似た症状を
おこしますし、医療機関では検査できま
せんで、あくまでも症状や流行状況か
ら推測するしかありません。食中毒が疑
われるときに限り保健所が窓口となり県
の衛生研究所がおこないます。

感染経路と予防

吐いた物や便が少し付着していたもの
による経口感染が大部分といわれていま
すが、軽いウイルスなので空中にも飛散
し空気感染を引き起こすこともあるよう
です。また、食中毒の原因としても有名
で、生や加熱不足の牡蠣や2枚貝を食べ
たり、感染した調理担当者が原因でおこ
ることもあるようです。この季節は
牡蠣や2枚貝は十分に加熱してから食べ
るように気を付けましょう。冬場は食事
の前の手洗いやうがいもいつもよりも丁
重にすることも大切ですが、吐物や下痢
便などの処理をする際には、マス
クをした手袋やビニール
袋を使用し捨てるようにし
ましょう。

RSウイルス感染症について

冬に流行る呼吸器感染をおこすウイル
スは沢山ありますが、小児科医がインフ
ルエンザ以上にいやだな〜と思っている
のが乳幼児のRSウイルス感染症です。
症状：

2歳以上の子ともや大人はこのウイル
スに感染しても、いつものかぜよりも痰
が多かったり長く続くと感じるくらいで
すが、乳幼児では、ゼーゼーを伴い喘息
と同じような症状になります。とくに、
6ヶ月未満児では、痰を吐き出すことが
難しいため、症状がひどくなりやすいの
です。ゼーゼーがひどくて寝られない、
おっぱいが飲めない、呼吸が速い、顔色
が悪いなどの症状があるときには救急診
療の対象ですので、遠慮せず夜間でも受
診をするようにしましょう。熱が全くで
ない場合も多いですが、38〜39度の
熱が3〜4日出ることもよくあります。
熱が長びいたり高熱が続く場合は中耳炎
や肺炎など細菌感染を合併している場合
もありますので受診してください。

家庭での対処法：

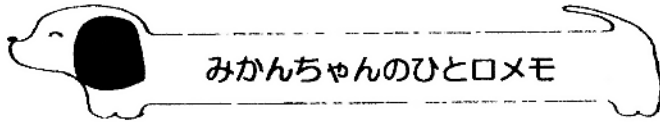
おっぱいやミルクは一度に飲みにくい
場合は頻回に与えるようにしましょう。
お部屋は十分に加湿し、タバコは厳禁で
す。

検査：

このウイルスに感染しているかどうか
を調べる迅速検査はありますが、保険で
は認められていません。医療機関側が
負担し検査している場合もありますが、
検査できない医療機関もあります。検査
できる医療機関でも、担当医の裁量で検
査するかどうか決める仕組みになってい
ますのでご了承ください。

ムンプス（おたふくかぜ）ワクチンを 接種してください

日本ではムンプス（おたふくかぜ）ワクチンは希望者のみの有料接種です。しかし、世界のほとんどの国ではMMR（おたふくかぜ、麻疹、風疹）ワクチンの2回接種が標準になっています。おたふくかぜにかかると、合併症で2～10%の人が髄膜炎に、0.2～1%程の人は高度の難聴になってしまう病気です。ほっぺが腫れるだけではありません！1歳を過ぎたら予防接種ができます。是非受けて下さい。（予約が必要です）

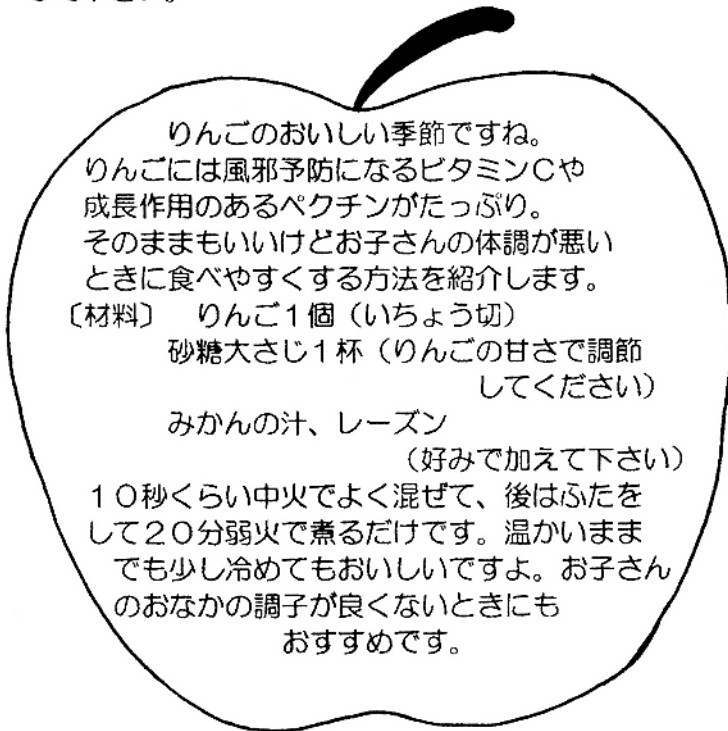


みかんちゃんのひとロメモ

やけどに注意！

暖冬とはいえ、寒くなってきましたね。どのご家庭でも、お鍋をしたりストーブを出したりされていることでしょう。そんな時期にお子さんに最も注意したいのはやけど。手の届かないところに置いたり、ガードを付けたりはもちろんですが、もしもやけどしてしまったら・・・

まずは冷却。流水で20分は冷やして下さい。服の上からなら脱がさずに。関節部、顔、目、耳、陰部の場合や広範囲（片腕分、片足分など）だったり、青白くて痛みがない時、焦げているときは至急病院へ。水ぶくれは潰さずに。500円玉以上の広さなら、早めに病院受診して下さい。



りんごの美味しい季節ですね。

りんごには風邪予防になるビタミンCや成長作用のあるペクチンがたっぷり。そのままでもいいけどお子さんの体調が悪いときに食べやすくする方法を紹介します。

〔材料〕 りんご1個（いちょう切）
砂糖大さじ1杯（りんごの甘さで調節してください）

みかんの汁、レーズン
（好みて加えて下さい）

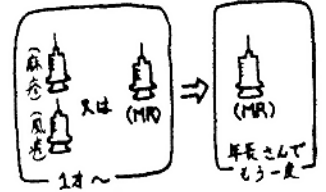
10秒くらい中火でよく混ぜて、後はふたをして20分弱火で煮るだけです。温かいままでも少し冷めてもおいしいですよ。お子さんのおなかの調子が良くないときにもおすすめです。

編集後記

あけましておめでとうございます。
本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。
いのしし年の始まりです。猪突猛進ならぬ、ちょっと変身して、今年を新しい自分で頑張っていきたいと思います。
半熟ラ・フランランス

MR（麻疹、風疹）ワクチンは すみましたか？

昨年からMR（麻疹、風疹）ワクチンが1歳児と年長時の2回接種に変更されています。1歳の方は2歳までに、年長の方は3月31日までに接種しないと有料になります。もう一度母子手帳を見直して下さい。



他の予防接種は順調に済んでいますか？

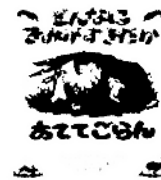
初めてのお子さんでスケジュールをたててもらっていない方、次に何の予防接種をしたいか分からない方など、お気軽にいつでも声をかけてくだされば、お答えしますヨ！

※母子手帳をご持参下さい。

どんなにきみがすきだか

あててごらん

サム・マクブラットニィ／文
アニタ・ジェラーム／絵
小川 仁央／訳 評論社



チビウサギとデカウサギがどれくらい相手のことが好きなのか、体全体を使って思いの深さをくらべっこ。あたたかく、心に染み入るお話です。本を読み終わったら、お子さんとどれだけお互い好きなのか、大好きなところを言いっこしてみませんか？

金ちゃん先生の講演会（1～3月）

- 1月11日（木）午後 一の宮小学校3年生授業
好ましい生活習慣について
- 1月20日（土）午後 子育て講演会（勝山公民館）
- 1月25日（木） 下関市内保育所主任研修会
18:00～
- 1月28日（日） 下関市女性薬剤師の会
子どもの心の問題について
- 2月3日（土）午後 子育て講演会
（アブニール菊川）
- 2月22日（木）午後 一の宮小学校6年生授業
思春期の心と体について

発行人 かねはら小児科 金原 洋治
山口県下関市生野町2-28-20
0832-52-2112
HP URL <http://members.jcom.ne.jp/2814964811//>