

すくすく GENKI

2014年11月

京都協立病院

小児医療課

日の暮れるのが早くなり、朝夕めっきり寒くなって来ましたね。日中はまだ過ごしやすいのですが、夕方になると肌寒く体温調節がしにくい季節でもあります。昼間暑いからと一枚脱いでいた上着を涼しくなったからと又着なおしてくれる子供は少ないのでは・・・鼻水を出していても、少々咳をしていても元気になってくれればいいのですが、子供は病気が治るのも早いのですが、かかるのも早いのです。こどもに鼻水をかませると上手に出来なくてなかなか大変ですよ。鼻水が前に出ず、喉の奥にたれて刺激になったりもします。風邪をひいてゼーゼーという子が増えてくるのもこの季節です。体調管理には、十分気をつけてあげてください



< 喘息様気管支炎 >

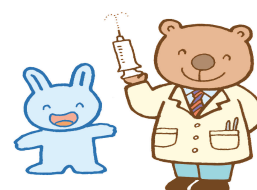
乳幼児の気管支は、当然ですが年長児に比べると細くなっています。また、気管支の分泌腺の密度が大人より高いので、分泌物（たん）が出やすいのですが、たんを排出する働きはまだ弱い状態です。ですから気管支に炎症が起こると、ただでさえ細い気管支に分泌物（たん）がたまって空気の通りが悪くなり、一生懸命努力しないと呼吸が出来なくなります。たんがたまって細くなった気管支を空気が通る時、ゼーゼーという喘鳴が聞こえるわけです。これは喘息発作の時のゼーゼーという音と同じなので、乳幼児のゼーゼーという風邪を喘息様気管支炎と呼んでいます。

風邪というのは、普通はウイルス感染による鼻やのどの炎症が主体のものをいいますが、ウイルスによっては気管支にも起こし、この様な喘息様気管支炎となる場合があるわけです。風邪をひくとゼーゼーいやすかった子供も、多くの場合3～4歳を過ぎると風邪をひきにくくなることもあって、だんだんゼーゼーいう事も少なくなっていきます。

ですから、喘息になるのでは？と必要以上に心配する必要はありません。しかし、家族

に「喘息」「アレルギー性鼻炎」「アトピー性皮膚炎」などのアレルギー性疾患が多かったり、ゼーゼーという時の呼吸困難の程度が強く、長引きやすい子は、喘息と考えたほうが良い場合もあります。

たとえ喘息でも、適切に治療を行っていけば、大きくなればほとんどの子が軽快していきます。気になることがあれば、小児科医に一度ご相談ください。



< インフルエンザ ワクチン開始 >

10月20日～インフルワクチンを開始しています。

インフルエンザワクチン（予防接種）は不活化ワクチンといって、生ワクチンのように生きてウィルスが入っているわけではありません。不活化ワクチンはできる抵抗力が弱いので翌年まで効果が持続しません。ワクチンを接種してから、効果が出るまでに2週間くらいかかるといわれています。流行前に十分に効果があらわれるように、11月末までには済ませるようにしてください。

インフルエンザワクチンのみ予約接種受付

インフルエンザワクチン接種のみの方に・・・・

土曜日の午後13:30～予約制でワクチンの接種を行います。

又、夜が行きやすいと言われるかたには、月・水・金の夜診終了後、19:30～2000迄の予約枠を今回新設しました。ご利用しやすい方でお越し下さい。

予約制なので待ち時間が少なく、接種後の会計もスムーズにおこなえ診察と重なる事がないので、ワクチンだけをお考えの方には便利です。又、子どもと一緒に保護者の方も小児科と一緒に接種できます。ワクチンを接種してインフルエンザから身を守りましょう。

詳細は小児科まで

0773-42-0025（小児科直通）



すくすく

G E N K I

2008年11月

京都協立病院

小児医療課

朝、晩すっかり寒くなってきました。日が暮れるのも早くなってきましたね。風邪をひかないように気をつけてくださいね！！

冬に流行る「嘔吐下痢症」

ウイルス性胃腸炎

寒い季節になってくると保育園・小学校などの集団生活の場や、地域で嘔吐下痢症が流行する事が多くなります。昔は「腸風邪」といわれていたみたいですが、正確には「ウイルス性胃腸風邪」といい、比較的最近になってから次々といろいろな種類の原因ウイルスが見つかってきています。これらの原因ウイルスのうち一番やっかいなのが、ロタウイルスです。元気にしていた子が、前ぶれ無く突然に嘔吐し始めます。吐き気と食欲低下で始まり（胃の症状）、発熱する場合もあります同時か、少し遅れて頻回の水様性の下痢（腸の症状）が出現し、時に「白っぽい」下痢便になる事があります

最初の2～3日は下痢のみならず吐き気も強い時期ですから、上手に水分を与えないと容易に脱水症をきたします。最初に嘔吐した時間から6時間経過するまでは何も飲まないでも吐き続けるほど、非常に吐き気の強い時期ですから、この時期は無理に飲まさないで、おとなしくしててください。6～12時間すると少し吐き気が治まってきますから、この時期から少しずつ水分を取っていくようにしてください。吐き気が治まってからも下痢は長引きます。元どうりまで治るのに7日も10日もかかることがあります。

抗生物質はまったく無効で、一番大切な薬は「水」です脱水にならないように上手に水分を取ることです。初期の吐き気の強い時期は一切栄養のことは考えないで「吐きにくいもの」を「吐きにくい方法」で飲ませることです。



食事療法

① 吐き気の強い時期

「嘔吐しにくいもの」を「嘔吐しにくい方法」で与えてください。

例えば・・・湯ざまし、薄めのお茶、スポーツドリンク、薄めのジュースなど・・・「コップに入れてむこうが透き通って見えるもの」を少量（20 ml~30ml）10分~15分間くらい空けて頻に・・・
ゆっくりていねいにネ！！

② 嘔吐がおさまり、食べる気力が出て来たら

うどんやおかゆなどの柔らかい淡水化物からはじめる。バナナやせんべいなども可。吐き気が治まれば、おにぎりやお茶漬けでも可。たんぱく質は油や繊維の多くないものから始めて、刺激物や油の多いものは避ける。吐き気が治まって下痢だけの時の食事は何をたべてもOKです。

こんな時は受診を！！

- * 12時間以上たっても頻回に嘔吐し続け、まったく水分を受け付けず、腰が抜けたみたいにぐったりして、瞳が「トロ～ン」としている（脱水症状です）
- * 腹痛が強い場合や便に血が混じる（細菌性腸炎の疑いがあります・受診時に便も持参してください）
- * 発熱が3日以上続く
- * 咳や鼻水もよく出る（これは上気道炎との混合感染です）

インフルエンザワクチンのみ予約接種受付

インフルエンザワクチン接種のみの方に・・・

土曜日の午後13：30～予約制でワクチンの接種を行います

予約制なので待ち時間が少なく、接種後の会計もスムーズに行え診察と重なる事がないので、ワクチンだけをお考えの方には便利です。又、子どもと一緒に保護者の方も小児科と一緒に接種できます。インフルエンザの内服薬の使用が難しくなっています。ワクチンを接種してインフルエンザから身を守りましょう。

詳細は小児科まで

0773-42-0025（小児科直通）