



# すくすく



## ～感染症情報～ つちだ小児科

皆さん、ゴールデンウィークは如何お過ごしでしたか？

僕は「手ぶらでキャンプできる森」で売り出し中の十楽の森（あわら市）でのんびりしてきました。里山を切り開いたドッグラン付のキャンプ場なんですが広々として楽しいですよ。隠れんぼや追いかけて遊ぶ子どもたちの声がこだまして久々に童心に帰ることができました。当院にて小児用新型コロナワクチン(5～11才)接種やってます。希望の方はQRコードからご予約お願いします。

ワクチン予約サイト



**新型コロナウイルス感染症** 先月は30名(年齢0～14才)。熱は全員ありましたが咳はないことのほうが多かったです。ほとんどが軽症で熱も1～2日、食欲も普通だったりして点滴したり入院になったケースは2名を除いてありませんでした。入院になったのは熱性けいれんをおこした生後3ヵ月のお子さんと頻回に嘔吐して何も食べられなくなった6才の女の子の2人だけです。ただし感染すると重症化する高齢者や基礎疾患のある方に感染させないよう気を付けましょう。

**胃腸炎** 先月は43名。嘔吐・発熱はなく2～3日便がゆるくなる程度の胃腸炎が多いようです。ノロウイルスやロタウイルスによるものではなさそうです。

**手足口病** 先月は12名。今年の手足口病は最初に熱がでて後から発疹のことが多いみたいです。原因ウイルスは、コクサッキーA群・B群ウイルス、エコーウイルスなどです。

**アデノウイルス感染症** 先月は3名。一部の保育園で結膜炎になりやすいタイプのアデノウイルスが流行してました。3名程検査しましたが抗原検査では陽性にならないパリアントのようです。

**RSウイルス感染症** 先月は56名。昨年大流行しましたが、今年も一部の保育園で再流行してるようです。去年かかっていても今年また感染した例も少なくありません。2才未満のお子さんにとって感染した時の重症度はRSウイルス>新型コロナウイルスですので要注意です。

**ヘルパンギーナ** 先月は発生なし。

**溶連菌感染症** 先月は2名。

**水痘** 先月は発生なし。

**伝染性紅斑** 先月は発生なし。

**ヒトメタニューモウイルス感染症** 先月は発生なし。

**マイコプラズマ感染症** 先月は発生なし。

**百日咳** 先月は発生なし。

**おたふくかぜ** 先月は発生なし。

**麻疹・風しん** 妊娠適齢期の方、風しんにかかったことのない方、風しんの予防接種を受けていない方(30代から50代の方)は抗体検査のうえ予防接種をお勧めします。

つちだ小児科「アイチケット」のサイトは「丸岡町近郊の子どもの感染症」を毎週お届けしています。感染症情報に加えて、感染予防対策についても書いてるので一度覗いてみて下さい。



## ● 睡眠 ●

### 睡眠が大切な理由

「人生の1/3は睡眠」と言われるように、人間は毎日8時間程を睡眠にあてています。睡眠は一日中使っていた脳と体の疲労を取り除き、病気やけがをした時は治す力を高め、回復を早めてくれます。また、「寝る子は育つ」と言われるように、十分な睡眠が体の成長を促進します。特に夜の10時から2時の間は、成長ホルモンがたくさん分泌されます。



睡眠が足りないと・・・？



食欲がなくなる、集中力がなく一日中ボーッとしている、あくびばかりしている、イライラ・不機嫌…と、生活リズムの崩れを招きます。また、睡眠不足が続くと、免疫力が低下し、病気にかかりやすくなります。

### 眠れない時は…

布団に入っても子どもがなかなか眠くならない様子の時は、ホットミルクのような、胃に優しくお腹が温まる物を飲ませてみましょう。温まることで眠りを誘いやすくなるようです。

### ～解熱剤について～

お子様の急な発熱時には、解熱剤を使用する場合がございます。ご家庭で使用しているものや病院で処方されたものを使いますので、持ってきてください。また、すくすくハウスにも解熱剤はありますが、使用する際には、利用票裏面の口の所に確認の印をして頂きますよう、よろしくお願い致します。

## 鼻血

鼻血が出た時は、まず子どもの衣服を緩めて、楽にさせます。鼻の付け根を指で挟み、圧迫して止血します。出血が治まらない時は、鼻の穴の入り口近くに脱脂綿などを詰め、様子を見ます。鼻の付け根を冷やすのもよいでしょう。20分以上出血が止まらない場合は、病気の可能性もあるので、受診しましょう。

鼻血が出た時に上を向かせると、血が喉に流れて吐き気をもよおす場合があります。頭は下に向かせましょう。



## すくすくハウスの1コマ ～こいのぼりを作ったよ～

こいのぼり製作をしました！こいのぼりを見せると嬉しそうに椅子に座り「やねより～たかい～こいのぼり～♪」と歌いながら、マジックのキャップを外し、思い思いにこいのぼりに模様を描いてましたよ。「みんなが元気に健やかに育ちますように」と願いを込めたステキなこいのぼりができました！みんなが作ったこいのぼりはアンパンマンと一緒にみんなの遊ぶ様子を見守ってくれています。

