



げんき通信 9月号

鴨池生協クリニック
小児科ニュース
No.267
2020年 9月

～診察室より～ 小児科医 松下賢治

今年の8月の暑さは異常でした。昼間に外に出るとクラツとする感じで長くいれませんね。高齢者の方は熱中症で運ばれる人や亡くなる人が増えています。夜間にも気温調整、クーラー、扇風機を上手に使って暑さを乗り切りましょう！

8月の日曜日の鹿児島市の小児科外来の報告をみると、ヘルパンギーナ・RSウイルス感染症・気管支喘息・胃腸炎などが目立っています。例年、お盆を過ぎると、朝晩が少し涼しくなりますが、昼間の暑さはもう少し残るようですね。こまめな水分補給に心がけましょう。そういう中ですが、周りに人がいないのにマスクをして歩いている人も気になります。人との距離は近い距離での会話の時には注意が必要ですが声をかけ合ってみましょう。朝方が涼しくなると喘息児が増えてきていますので気温の変化にも注意しましょう。

<赤ちゃんからの食物アレルギー正しい対処>という本が出ました。私と同じ京都大学医学部卒業で、私が初期研修した堺の耳原総合の1学年後輩の真鍋医師が書いています。いつも正しい正確な情報を教えてくれており、鹿児島での給食セミナーにもお呼びして話を聞いたことがあります。「今食べて治す」が主流になっていますが、いきなり負荷テストではなく、徐々に様子をみながら除去を勧めていく方法を私も勧めていますが、この本はわかりやすく説明されていますのでおすすめです。食べ物文化・1400円です。

さて、山百合施設の障害者施設での殺人事件がおきてから4年が過ぎましたが、吉野の施設ではユーチューブで事件を語る取り組みがあり、拝見してきました。殺人はもちろん許せるものではありませんが、最近起きた難病患者さんへの医師の自殺ほう助の行為も気になります。病気で生きることは大変ですが、周りからの支え・援助の仕方・何より本人を支える体制の弱さ・・・日本では自己責任が強調され、安楽死の話題は盛んになりそうですが、外国のように小さい時から支える教育をしている国、制度を活かしている国の違いの中で考えていく必要があります。

今年は戦後75年で映画やテレビで色々な特集を組んでおり、初年より多く観ることになりました。戦争体験者が1割以下になる中で、政治家も戦争の実態を知らない、若い人も加害者として語れない。などの中で伝えたい思いのレポートが組まれていて、聞いて自分の言葉で語る大切さが紹介されていました。NHKの番組で戦後補償を取り上げた番組で、兵隊さんへの戦後保障は組まれましたが、空襲・原子力被害者・外国から帰省された人への保障は断り続けたそうです。戦争だから国民はみな受容しないといけぬ！我慢してくれ！と韓国からの戦後保証問題にも影響するので保証できないとの考えでした。一方、軍人の家族が遺族会に入り、議員になり、政府に働きかけ兵隊さんへの更なる保証の上ずみされた！同じ敗戦の経験をしたドイツ・イタリアでは5年後になったが国民への保証を行った！

今、コロナ問題でも経済優先で生活保障・積極的検査を渋ってきた日本国政府の違いを感じました。



😊😊すくすく子育て😊😊

健康

先日、7歳の女の子が私の外来を受診しました。2日前から両耳の下から顎下までが腫れて痛がっているので、おたふくかぜかもしれないということでした。約3週間前に弟も同じ症状で他院を受診。おたふくかぜと診断されていました。

診察時、右側は改善していましたが左の耳下はまだ腫れていて触ると痛みがありました。発症後の経過中に発熱や頭痛などありませんでした。予防接種を受けているのですが軽症のおたふくかぜも考えられ、診断が確定できません。

血液検査をすればもう少し確実に診断できると説明し実施するかどうかを相談すると、検査してはっきりさせたいと本人が言い、ご家族も承諾されました。

検査の結果、耳下腺炎を起こしていることは間違いありませんでした。しかし、おたふくかぜかどうかの診断はすぐにはわからず、後日再受診ということになりました。

再受診した時には、もう腫れも痛みもなくなり元気になっていました。さて、検査の結果です。おたふくかぜの免疫はしっかり持っていることが分かりました。感染しているときに上昇するはずの数値も上がっていません。おたふくかぜではなくて、反復性耳下腺炎との診断が確定しました。

おたふくかぜはムンプスウイルスによる感染症です。感染した子どもの多くで左右の耳下腺炎が腫れます。次から次へと感染が広がるので流行性耳下腺炎（正式名称）といわれます。

反復性耳下腺炎はかぜのウイルスが耳下腺や顎下腺に入り込み、痛みや腫れが生じます。他の人に感染させたときには普通のかぜになることが多いようです。

反復性耳下腺炎は繰り返すことが多いので、おたふくかぜの免疫をもっているかどうかの検査を一度はしておくといでしょう。

(医療生協さいたま・熊谷生協病院院長 小児科医師)

子育て

うだるような暑さが続き、子どもたちは毎日のように「水遊びしたい」と言っています。穴を開けたホースを園庭に巡らせて長いシャワーにしたり、竹どいを屋根の上につけて滝のようにしたり。子どもたちは友達と水をかけ合ったり、水たまりに入って涼んだり楽しんでます。

水遊びが泥遊びへと変わっていくこともあります。友達よりもおとなと一緒に遊ぶのが好きなA君。ある日、友達が築山の上から水を流して滑っている様子を見ていました。「一緒にやってみる？」と声をかけると「いっ！」と断りました。しかし、翌日も同じようにじっと見えています。

虫好き同士でお互いに気になる存在のB君から「やろうよ」と誘われました。すると「…うん」との返事。「やってみよう。でも少し怖いなあ」という表情でしたが、築山を登り始めます。

A君は少しもった表情で私を見て「…一緒に滑ろう」と誘い、A君とB君と私の3人で滑ることになりました。A君は「うわぁ」と声をあげ、あっという間に滑り終わりました。

不安が吹っ切れたようで、私とB君が「もう1回しよう」と誘うと2回3回と繰り返し泥滑りを楽しみました。何度も滑るなかで、「1人で滑ってみる」と言って1人で築山の上で滑ってみたり、友達に「一緒に滑ろう」と誘ったりできるようになりました。

「明日もしよう！約束だよ」と翌日も、その翌日も泥滑りは続きました。B君とは虫捕りでも仲良くなり「これからセミ捕りするんだ」「今度Bが家に遊びにくるんだ」と話しています。

友達存在をきっかけに「やってみよう」「でも…」という葛藤から一歩を踏み出し、前に進んでいく姿に感動した一場面でした。

(民間幼稚園教諭・内田剛)



9月9日は救急の日

「9（きゅう）9（きゅう）」の語呂合わせから、この日を救急の日といいます。昭和57年（1982年）に厚生労働省によって定められました。簡単にいうと、『救急について知ろう！』という日です。

幼児期から小学生にかけて子どもの死亡原因の第1位は「不慮の事故」です。子どもの事故内容は、年齢によって特徴がありますが多くの事故は親の環境づくりによって防ぐことができます。まずは、身のまわりのできること『子どもの事故防止』から始めてみましょう。

●1歳～4歳に起こりやすい事故●

起きやすい事故		予防のポイント
転落・転倒	ベランダ階段からの転落	箱・家具など踏み台になるようなものをベランダや窓際に置かない
やけど	炊飯器や加湿器の蒸気にさわる アイロン・ストーブにさわる ポット・鍋をひっくり返す	ストーブ、アイロン、ポット、鍋などやけどの原因となるものに子どもが触れないにする ストーブなどには安全柵をつける
溺れる	浴槽に落ちる、水遊び	わずかな水でも残し湯はしない/お風呂場に外鍵をかける 水遊びはライフジャケットをつける・目を離さない
誤飲・中毒・窒息	医薬品・化粧品・洗剤・コイン・豆などを誤って飲む	危険なものは子どもの目にふれない・手の届かない場所に片づける ピーナッツなど乾いた豆類を食べさせない
交通事故	道路への飛び出し	手をつないで歩く/三輪車に乗る・自転車に乗せるときはヘルメットを付ける

小児救急電話相談（#8000）

保護者の方が休日・夜間の子どもの症状にどのように対応したらいいのか、病院を受診した方がよいのかなど判断に迷った時に、小児科医師・看護師に相談できるものです

*相談対象者：おおむね15歳未満の子どもと保護者
*受付時間：平日・土日 19時～翌朝8時
日・祝・年末年始 8時～翌朝8時
*相談窓口の電話番号：「#8000」番 又は「099-254-1186」（共に携帯電話から利用可）
ダイヤル式電話・光電話・IP電話及び市外局番が「0986」の地域の固定電話からは「099-254-1186」におかけください。

《救急かどうかは子どもの全身状態と症状の観察から》
全身状態のチェック

- ・顔色が著しく悪く不良。口唇が紫色
- ・ぐったりして、明らかにいつもと顔つきも違う。
- ・ボーっとしている。うとうととしてすぐに寝てしまう。
- ・意味不明な言動がある。
- ・水分が半日以上ほとんど取れていない。
- ・尿が半日以上出ていない。

項目の1つでも当てはまるときは、すぐに救急医療機関で受診してください。

（これは便利！子育て応援ブック 2020 保存版より抜粋）

「コロナ×子どもアンケート」第2回調査の全体報告

新型コロナウイルス感染症の流行により、子どもの生活も大きく変化しました。子どもの7割がコロナに対して何らかのストレス反応を示していることが、分かり、「マスクがいやだ」「寝れない」「目標がない」など切実な声が聞かれています。

子どもの32%は「もし自分や家族がコロナになったら、そのことは秘密にしたい」と考えており、40%は「コロナになった人とは、コロナが治ってもあまり一緒に遊びたくない人が多いだろう（付き合うのをためらう人が多いだろう）」と答えました。

これは新型コロナウイルスの拡大が終息していない中で、学校や社会生活の再開にともない、「子どもの誰もがスティグマの問題を避けて通れないことを意味している」と考えられるという。

「スティグマ」は差別・偏見の対象となるような良くない印を、個人に対して他者や社会が押し付けること。コロナに関するスティグマが子どもたちの間にも少なからずあることも明らかになりました。「夏休み明けを迎える子どもの心への負担が指摘されており、今年とはくに注意を払う必要がある」と研究グループは述べています。（国立成育医療研究センター 「コロナ×こども本部」より）

～子どもがおとなたちに言いたい・伝えたいことの自由記述からたくさんの思いが寄せられています。～

- ・子どもをばい菌扱いしないでほしい。（中学生）
- ・コロナのせいで日常とは違った生活になってイライラしたり、気に入らなかつたりするのはわかるけど、もう少し子どものことも考えてほしいです。（中学校）
- ・マスクしろ、旅行するな、家で過ごそうという大人たちへ。自分たちはそれでいいかもしれないけど、子どもはつらい。（小学校高学年）
- ・おうちのの人に、すぐ怒らないでほしいと伝えたいです。（小学校高学年）
- ・コロナのことを考えると、心が悲しくなることがある。（小学校中学年）
- ・マスクが暑くて苦しいので、学校でもはずしたい。学校で新しいお友達ともっとおしゃべりや遊びをしたい。（小学校低学年）





夏休みが終わり、2学期が始まりました！体調を崩している方はいませんか？
元気に過ごせるように、規則正しい生活を心がけましょう。

