



◆◆小児外来での注意している重症感染症◆◆

外来小児科を受診する患者さんの多くは、自然軽快する「風邪」です。しかし最近では熱が高く、1週間も症状が続く患者さんも増加してきています。コロナで感染予防が長らく続く中で、子供達の体型も少し変化がみられるようになってきました。神経性や睡眠障害を訴える児や体重が増えない痩せ型の児また肥満児などです。そういう児が重症感染症にならないように生活指導を含め、注意深く観察しておかなければならないと診療にあたっております。ウイルス感染症も予想される重症化のタイミングを気をつけ、検査を行い、脱水症状、熱性痙攣の有無など丁寧な問診や診察がカギになってきます。日頃からのお母さんとのコミュニケーションが重要になることがあります。経過をみせていただくことが重症感染症を見抜く一歩に繋がります。



◆◆幼児期によくある食事の悩み ～かんで食べていない～◆◆

噛む力は乳歯の奥歯が生えそろう3歳過ぎくらいまでの間に徐々に身についてくるので、それまでは食べ物の硬さや形に工夫が必要です。1～2歳代の子どもには、大人が同じものを一緒に食べて、「カミカミしようね」など声かけをして教えていきましょう。3～5歳になれば、なんでも食べられる反面、野菜の繊維などを嫌がる子も出てきます。食に対する関心を深めながら噛むことを促していきましょう。

《よく噛んで食べることのメリット》

- ・食べ物の味が感じられる
- ・唾液がたくさん出て消化が良くなる
- ・唾液の中和作用で虫歯ができにくくなる
- ・食べ過ぎを防ぐ（満腹感を感じる）
- ・脳の働きが活性化される
- ・あごの成長を促し、歯並びがよくなる

《見直しポイント》

- ・乳歯の生え方に合わせて食べやすい調理法、大きさを工夫しましょう。大人よりも柔らかめに、歯ごたえのある食品も取り入れましょう。
- ・食習慣を見直してみましょう。ご飯にかけて食べることが多くならないようにしたり、お茶や水などで流し込まないようにしましょう。次々に口に詰め込んだり、せかして与えないようにしましょう。
- ・食事の姿勢を見直してみましょう。足がたく椅子は踏ん張ることで体が安定して姿勢が良くなり、噛む力も強くなります。



◆◆ヒトメタニューモウイルスの流行◆◆

ヒトメタニューモウイルスとは・・・
気管支炎や肺炎などの呼吸器感染症を引き起こすウイルスの一種です。咳やくしゃみで吐き出されたウイルスが付いてしまったり(飛沫感染)、気が付かないうちにウイルスに触れてしまったり(接触感染)することで感染します。生後数ヶ月から5歳くらいの乳幼児の間で流行することが多いのですが、大人にも感染します。特に乳幼児や高齢者では重症化することもあり、注意が必要です。感染しても1週間程度で症状は治まります。しかし1回の感染では免疫が獲得できません。何度か繰り返し感染し、年齢が上がるにつれて徐々に免疫が付き、症状が軽くなる傾向にあります。

○主な症状

- ・咳(多くの場合1週間程度続きます)
- ・熱(多くの場合4～5日程度続きます)
- ・鼻水
悪化すると次のような症状が出ることもあります
- ・ゼイゼイ(ヒューヒュー)という呼吸
- ・呼吸困難

○基本は対症療法

症状が辛いときは咳や鼻水を抑えたり、熱を下げたりするためのお薬がでることがあります。水分をしっかりと取り、ゆっくりと休みましょう。

○細菌の同時感染にも注意

熱が長引く時(4日以上)は中耳炎や細菌による肺炎などをおこしていることがあるので、もう一度早めに受診しましょう。

帰宅したら手洗い・うがいを徹底しましょう!!!
家庭内でもマスク着用や使うものを分けるなど感染対策をしましょう!!!



◆◆子育てが楽しくなる乳児健診◆◆

目を離せば命の危険があるような乳児と24時間過ごす保護者、特に母親にとっては負担が大きく、不安や不満を感じることも多いと思います。乳児健診で自分の子育てに共感され、子どもの成長過程や行動の意味を知り、来てよかったと思ってもらいたいと思っています。乳児健診の役割として、1. 発育発達の評価 2. 健康問題の判断 3. 母子手帳の記載責任 4. 親子とのコミュニケーション能力、子育ての支援 など総合診療を行い、お母さんとお子さんの笑顔あふれる育児を応援しています。

『9月の代診の先生のお知らせ』

14日と28日の水曜日と6日火曜日の午後の診察は畠添先生となっております。診断書の記入や体重チェック、臍ヘルニアの診察の方は院長先生の診察日に来院していただくようお願いいたします。

【診療時間】月曜・火曜・木曜・金曜：9時～12時、14時～18時（17時30分受付終了）予防接種専門外来：14時～15時
水曜：9時～12時、土曜：9時～13時
健康診断（4か月・10か月・1歳6か月）：月曜・火曜・水曜・木曜・金曜（予約制）

