

## ご入園ご入学 おめでとうございます

新しい環境になり、お子さんたちもご家族の方も緊張した日々を送ってきたことと思います。

5月に入って、新入生の皆さんはそろそろ疲れの出る頃でしょう。新しい友達、授業などの環境の変化は多くのお子さんに戸惑いが起こり、心や体に変な負担のかかる頃です。朝から元気がなくぼんやりしていたり、お腹が痛いなどさまざまなことをつぶやいたりしていませんか？お子さんの日常の様子をチェックしてみてください。これは新しい環境に慣れなくて、心と体のバランスを崩しかけているサインかもしれません。お母さんやご家族の皆さんは、じっくりお子さんの話に耳を傾け、過度の期待や指示的言葉を控え、クッションの役割で受け止めてください。

また、早寝早起きの習慣をつけることも大切です。夜は8時ごろ、遅くても9時ころまでには寝るようにして、朝は少なくとも登園、登校の1時間前には起きて、排便をすませ、朝食をとり、生活のリズムを整えましょう。

しかし、心のバランスを崩しているか、何らかの病気が潜んでいるかを見極めるのは小児科医です。迷っている時は早めに当院を受診してください。

21ヶ月になったら、年長になつたら、予防接種をはじめましょう！

### 《 ヒトメタニューモウイルス感染症 》

3月下旬からヒトメタニューモウイルス感染症が幼稚園や保育園で流行しています。

ヒトメタニューモウイルスとは最近発見されたウイルスで、毎年4月から6月にかけて流行すると言われています。

院内で迅速検査をして診断することができます。

#### ＜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日続きます)
- ・鼻水

重症例では、高熱が続く咳込みや喘息がひどくなって呼吸困難となり、肺炎と診断されることがあります。

#### ＜治療・予防＞

特別な治療法はなく、対症療法になります。

水分をしっかりととり、ゆつくりと休みましょう。

熱が続いたり、咳込みがひどい時は早めに受診しましょう。

予防ワクチンはありません。外出先から帰ってきたらうがい手洗いをし感染症から身を守るようにしましょう。

### 《 感染性胃腸炎 》

4月下旬よりロタウイルスによる胃腸炎が幼稚園や保育園で流行しています。

#### 感染性胃腸炎とは？

ノロウイルスやロタウイルス、アデノウイルスの感染によって起こる病気で、乳児から大人まで感染します。突然吐き始め、続いて水のような下痢になります。1～2日熱が出ることもあります。治療として、家庭での経口補水療法(OS-1 や ORS を少量ずつ頻回に飲むことにより、点滴と同様の効果が期待できる)があります。これで改善されない場合や、重度の脱水症状の場合は点滴療法となります。

お子さんからご家族の方に感染することもありますので、おむつ交換や吐物の処理をする際は、マスクや手袋を着用しておこないましょう。床や汚れた衣服の消毒には、塩素系消毒液(ミルトン・ピューラック)または、家庭用漂白剤(ハイター・ブリーチ)を薄めたものを使用してください。消毒用アルコールは効きません。また、処理後はきちんと手洗いするよう心がけてください。

## 流行情報

### 《 麻疹(はしか) 》

3月下旬頃より沖縄本島で麻疹の流行がみられます。

麻疹は麻疹ウイルスによって起こります。空気感染・飛沫感染・接触感染によってうつり、感染力はウイルスの中で最も強く、重症化すると肺炎や脳炎などの重い合併症を起こすことがあります。

予防接種が有効で、予防効果を確実にするためには2回接種が必要です。

沖縄方面へ旅行に行かれる方で予防接種を受けていない または 受けたかどうかわからない場合はご相談ください。

## 5月の予定

月	火	水	木	金	土	日
	1 院長 貴田岡副院長	2 午前 院長 (AM: 11:30まで) 午後 Dr.松橋	3 憲法記念日 休診	4 みどりの日 休診	5 こどもの日 休診	6 休診
7 院長 貴田岡副院長  (A)	8 院長 貴田岡副院長 午後:健康外来  (A)	9 午前 院長 午後 Dr.内田  (A)	10 院長 貴田岡副院長 午後:健康外来  (A)	11 院長 午後 ぜんそく・アトピー外来 (15:30まで)  (A)	12 Dr.虻川	13 休診
14 院長 貴田岡副院長  14:00 - 14:30 院内勉強会	15 院長 貴田岡副院長 午後:健康外来  (A)	16 宮城野中健診 午前 院長 午後 Dr.及川  (A)	17 院長 貴田岡副院長 午後:健康外来  (A)	18 院長 午後 ぜんそく・アトピー外来 (15:30まで)  (A)	19 Dr.力石   (A) (B)	20 休診
21 院長 貴田岡副院長  (A)	22 あから保育園健診 午前 貴田岡副院長 午後 院長/貴田岡副院長 午後:健康外来  (C)	23 午前 院長 午後 Dr.高橋  (A)	24 院長 貴田岡副院長 午後:健康外来  (A)	25 院長 午後 ぜんそく・アトピー外来 (15:30まで)  (A)	26 Dr.今泉   指定都市学校保健協議会(浜松市)	27 休診
28 院長 貴田岡副院長	29 院長 貴田岡副院長 午後:健康外来	30 午前 院長 午後 Dr.相原  (A)	31 院長 貴田岡副院長 午後:健康外来  (A)	◎院長の診療後の予定◎ (A):医師会の会合 (B):小児科関係の会合 (C):その他		