



	市 内		市 外	
	未就学児	就学児	未就学児	就学児
溶連菌	146	94	111	71
アデノウイルス	1		4	
水痘	2	3	1	3
メタニューモウイルス	1			
インフルエンザB				2
ヘルパンギーナ	1			

### しろやぎさんのポシエツのお部屋紹介

しろやぎさんのポシエツのお部屋には、“おおきなかぶ”の絵本があります。有名なお話の絵本ですが、みんなこの絵本を見るとびっくり！

そのわけは…この絵本は“Big Book”といって、とにかくビッグサイズ！！今日はみんなでこの絵本を囲んで、お昼寝前にお話タイム。

本の上に立ったり、座ったり、寝転がったり、背比べをしたり、ひっぱったり…まるで物語の中に入りこんだかのように。ほんとうの大きさを体感しながら“Big Book”を楽しみました。



### ＜水痘について＞

市内外の保育所や小学校で小規模ながら水痘(水ぼうそう)の流行が見られています。

水痘は、発熱と痒みを伴う水泡性の発疹が特徴の病気です。水をもった赤い発疹が、口の中から四肢・体幹・陰部・頭髪の中まで、全身に出ます。発疹は 2~3 日でピークとなり、その後乾いてかさぶたになって治ります。

### ＜水痘はどうして起きる？＞

水痘帯状疱疹ウイルスというウイルスに感染することで発症します。水痘は空気感染(麻疹や結核と同等)する大変感染力の強い伝染病です。

治療には抗ウイルス薬や、痒み止めの内服薬や塗り薬が用いられます。抗ウイルス薬の服用開始から 12 時間経過すると、新しくブツブツができることが減ってきます。

### ＜水痘の予防法は？＞

水痘の予防には水痘ワクチンを 2 回接種することが最も有効かつ重要です。3 ヶ月以上(標準的には 6 ヶ月)の間隔をあけて 2 回ワクチンを接種します。

ワクチンは 1 歳以上の人であれば全年齢で接種可能で、大変効果的です。1 回もワクチンを接種していない人が水痘を発症してしまうと、発疹が出現



する 2~3 日前から周囲に大量のウイルスをばらまき、周りの多くの人々を感染の危険に曝してしまいます。この場合、ワクチンを 1 回しか接種していない周囲のお子さんはおよそ 3~4 割が発症し、ワクチンを 2 回接種しているお子さんでも数%程度発症する場合があります。

ワクチンを 2 回接種しているお子さんであれば、万が一稀に発症したとしても軽症で、周囲にばらまくウイルス量も少ないことが知られています。そのため、保育施設や幼稚園・学校などでは、常日頃から、在籍する子どもたちの水痘ワクチンの接種歴や罹患歴を把握し、未接種・未罹患(感染する恐れがある人=感受性者といえます)にしっかりと接種勧奨を行うことが大切です。また、水痘発症者が出てしまった場合は、直ちに感受性者(の保護者の方)に対して個別の感染防止対策をご指導いただき、2 次感染・3 次感染といった感染の拡大を防止するための取り組みを実行いただくことが重要です。

### 鼻水・鼻づまりの対処法

春に入園・入学・進級したお子さん達も、それぞれ新しい環境に慣れてきた頃ですね。

一方でここ 1 ヶ月程の期間で、体調を崩して病児保育を利用されるお子さんの数も増えてきました。

今月は、お父さんお母さん方からご相談されることが多い鼻水や鼻づまりの時の対処法ワンポイントアドバイスををご紹介します。

① 鼻水は吸わずに出すことが大切です。ついつい遊びに夢中になってしまうお子さんには、大人から声をかけて、鼻をかむようにお手伝いをしてあげましょう。また、鼻水で鼻のまわりが汚れている時には、その都度、顔を洗ったり、優しく拭いてあげましょう。かぶれなどの皮膚トラブルの予防になります。

② 鼻の詰まりが苦しくてぐっすり眠れず、機嫌が悪い子は、鼻水をスポイトや吸い取り器で吸い取ってあげたり、綿棒で鼻を掃除してあげましょう。ただし、鼻水を取り除けば必ずしも鼻づまりが解消されるとは限らない(子どもでは炎症による鼻腔粘膜の腫脹による鼻閉が多いのが特徴です。)ので、鼻の中の粘膜を傷つけないようにほどほどに…。お子さんが元気であれば、お風呂に入るのも良いでしょう。湯気で鼻の粘膜が湿って、さらに温められる



と、鼻の粘膜の腫れが改善する場合があります。空気が乾燥している時はお部屋の加湿も大切です。

③ 大人がこども達の鼻水を拭いてあげる時は、鼻汁による接触感染予防策として、拭いた後に手洗いと、手指消毒アルコールによる消毒をお忘れなく！

お問い合わせやご相談は

那珂キッズクリニック小児科

病児の保育しろやぎさんのポシエツ

TEL : 090-2542-5630