

しろやぎさんからの手紙

病児の保育しろやぎさんのポシエツ

2021年2月 NO.55

節分が終わって立春も過ぎて、暦のうえでは「春」になりました。雛人形もお目見えして、歩道の端っこに小さな草木が芽吹き、春一番もふきました。でも朝の冷え込みが厳しくてお布団からでるのにちょっと時間がかかる日もあります。そんな日の朝は氷点下で、お外の水道が凍っていることも…。2月14日はバレンタインデー。春はもうすぐ！ スギ花粉の季節ももうすぐ・・・です。



〈ノロウイルスについて〉

- ・先月以降、那珂市内外の複数の保育園でノロウイルス腸炎の流行がみられています。
- ・感染力が強いウイルスです。
吐物や糞便、あるいは飛沫（嘔吐後のみ）に含まれる僅かな量のウイルスが体内に入っただけでも感染します。
- ・頻回の嘔吐と、それに続いて起こる下痢症状が特徴的な症状です。高いお熱が出ることもありますが多数の場合は1-3日以内に解熱します。
- ・一般的に低年齢児は症状が軽く回復も早いのですが、大人の患者さんの方が症状が酷く長引く傾向があります。

※ノロウイルス腸炎の診断には便検体が必要です。
検査をご希望の方は便を密封容器に入れてジップロックなどでしっかりと気密を保持した状態でご持参ください。
※嘔吐症状発症直後に排泄される便の中にはウイルスが検出されないことが多く、2~3回目以降のうんちの方が陽性率が高い傾向があります。検査の際にはご注意ください。

- ※ノロウイルスには通常の手指消毒アルコールは十分な効果が期待できません。
- ※ノロウイルスに有効な抗ウイルス薬はありません。
嘔吐・下痢・発熱に対する対症療法を行いつつ、脱水を防ぐ目的でOS-1などを用いた経口補水療法や食事療法を行ないます。
- ※症状が落ち着いたお子さんも1~4週間程度糞便中にウイルスを排出し続けます。子ども達には年齢に応じた正しい手洗い方や消毒方法の指導が必要です。

〈便・吐物の処理について〉

ノロウイルスを含む糞便や吐物は乾燥するとウイルスが空中に漂い、これが体内にはいると感染が成立します。必ず窓を開けて換気をしつつ、糞便や吐物は乾燥しないうちに速やかに密封処理をし、次亜塩素酸ナトリウムで消毒します。保育所・託児所では感染の有無にかかわらずすべてのお子さんに使い捨て手袋をつけてオムツ交換を行い、使用したオムツやお尻拭きや手袋はビニール袋に密閉して廃棄します。最後はせっけんで30秒以上手洗いをします。

〈紫外線消毒装置「Care222」〉

那珂キッズクリニック小児科では、感染救急診察室（第二診察室）の天井と、第一診察室の隅っこのスタンドに、紫外線消毒装置「Care222」を設置しています。

「Care222」は、人の皮膚や目に悪影響を及ぼさない222ナノメートルの波長の紫外線を照射する装置で、さまざまな種類の細菌



やノロウイルスや新型コロナウイルスなどいろいろなウイルスを不活化します。

この「Care222」は、近距離で30秒程度照射すると新型コロナウイルスの99.7%を不活化できると報告されています。アルコール消毒が効かないノロウイルスにも有効なので、病児保育室の感染対策でも活用します。
<https://clean.ushio.com/ja/care222/>



〈花粉症 そろそろ予防が必要な季節です〉

コロナ禍の今シーズン、学校も幼稚園も保育園もあちこちのお店も換気のために窓を開けることが多いですね。花粉症のお子さんにとっては、ちょっとキビシイ春になるかも…。

〈花粉症の治療〉

毎年花粉症でお困りのお子さんは、そろそろ予防が必要な季節です。花粉症の治療は以下の3本立てです。

- ①スギ花粉（アレルゲン）の除去・回避
〈ご家庭・園でできる対策〉をご参照ください。
- ②対症療法（症状を緩和）：内服薬・目薬・点鼻薬
- ③アレルゲン免疫療法（5歳以上 根本的な体質改善が期待できます。花粉の飛散時期には新たに治療を開始することはできないので、ご希望の方はGW以降に治療を開始します。）

〈花粉症の検査〉

鼻水を調べる「鼻汁中好酸球検査」（アレルギー性鼻炎を調べる）、涙を調べる「涙液中IgE検査」（アレルギー性結膜炎の有無を調べる）などの検査を行ないます。

特異的IgE抗体定量検査（血液検査）は必ずしも必要ではありませんが、ご希望の方には血液検査も実施しています。

〈ご家庭・園でできる対策〉

花粉が多い日は園庭など屋外での活動を極力避けることが大切です。屋外活動の後には顔や手を洗って帰宅後は髪の毛をシャワーで流して、お洋服を着替えましょう！
内服薬や点眼点鼻薬をお使いいただいても、日々の暮らしの中で花粉の除去・回避がうまくいかないと症状の増悪をきたすことが知られています。目の痒みにはメガネの使用（花粉症用メガネでなくてもOK）と顔と目を洗う（水道水やアイトンはお奨めできません。点眼型洗眼液ウエルワッシュアイやアイズCL-1などがオススメ。あんず薬局にご相談下さい。）ことが大切です。屋外活動を避けるなど園生活に特別な配慮が必要なお子さんには『保育所におけるアレルギー疾患生活管理指導表』を発行し、園生活での対処法をご相談頂きます。

- ※雨の日や朝起床時に症状が酷い場合は、花粉症ではない可能性が考えられます。
- ※咳や喉の痛みや発熱などの症状を伴う場合は、ほとんどの場合は感染症による症状で、花粉症の可能性は低いと考えられます。…「鼻水は花粉症で咳や熱は感染症」ということは普通はありませんのでご注意ください。

〈新型コロナウイルス PCR 検査について〉

新型コロナウイルスは

- ・感染者の3分の1が無症状で、
- ・新規感染の50%以上が無症状の感染者から感染しています。
- ・PCR検査は、曝露直後（感染者と接触した直後）の検体採取では偽陰性率が高く、その後経過とともに陽性率が上がり、曝露から8日前後で最も陽性率が高くなります（が、この時点でも偽陰性率が20%程あります）。
- ・発症者から周囲の接触者への二次感染は、症状出現3日前～発症5日後までが最も起こりやすいとされ、
- ・感染力は、症状発現前の感染者 > 症状発現後の感染者 > 無症状のままだった感染者、の順で高くなります。
- ・潜伏期は3日～7日程度。WHOは1～14日としています。

那珂キッズクリニック小児科では**緊急性がある場合**には院内の SmartGene (ミズホアイ社) で**新型コロナウイルスのPCR検査**を行なっています。SmartGene では**およそ1時間で結果が判明します**(1時間で1名分の検査しかできません。したがって1日あたり最大で約10名分の処理能力になります。)。PCR検査をご希望の方は、まずはお電話でご相談ください。

- 濃厚接触者と認定された方は保健所で無料検査の対象となります。まずは保健所の指示に従ってください。
- 小児に限らず、老若男女、パパママやおじいちゃんおばあちゃんなど、大人の検査にも対応しています。病院入院前検査や施設入所前検査も可能です。
- 職場など、一度に多くの人数の方のPCR検査をご希望の際には外部検査機関での外注検査で対応させて頂いております。
- 新型コロナウイルスの感染が疑われる患者さんに対するPCR検査は保険適応です。検査自体は無料ですが、初診料再診料等の費用が発生します。
- 症状がない方の自費検査は全額自己負担となります。

〈ビジネス渡航に係る新型コロナウイルス陰性検査が必要な場合〉

経済産業省「海外渡航者新型コロナウイルス検査センター(英語呼称: COVID-19 Testing Center for Overseas Travelers 略称: TeCOT)」TeCOT登録医療機関として、小児及び成人の新型コロナウイルスPCR検査と陰性証明書の発行を行なっています。海外渡航で中国入国の際には、PCR検査とIgM抗体検査の両方の検査が陰性であることが要求されます。

ご予約は、お電話でのみ受け付けています。申込書・同意書等は、那珂キッズクリニック小児科のホームページからダウンロードしてご利用いただけます。渡航用陰性証明書の発行にはパスポート番号や生年月日の確認が必要なため、保険証やパスポートをご持参ください。あらかじめ渡航先国から求められる書式・内容・条件(診断から渡航申請までの期間など)等についてご確認いただき、お電話でご予約の際にお知らせください。

PCR検査費用: 27,500円
 IgM抗体価測定費用: 6,000円
 PCR検査とIgM抗体セット検査: 32,500円
 陰性証明書: 2,500円

※PCR検査を希望される方は職員の指示なくクリニックの建物や敷地内に立ち入ってははいけません。感染が疑われる方のPCR検査はクリニックとは別の場所でドライブスルー方式で検体採取を行ないます。まずはお電話(TEL 029-212-5630)でご相談ください。

流行状況(2021 1/1~1/31 検査陽性者のみ) 対象: 当院受診者

	市内		市外	
	未就学児	就学児	未就学児	就学児
溶連菌	29+	23	20	24
ノロウイルス	3		1	
RSウイルス				
インフルエンザ				

“しろやぎさんのお部屋から”

新型コロナウイルス感染症の全国的な感染拡大が続いています。でも、ケヅメリクガメのらぶちゃんはそのなことはまったく気にしていない様子。日中はお日さまの日差しでぬくぬくと日光浴しながらウトウトするのがお気に入りみたい。現在体重16Kg、です。

認可保育園ARINKOMURAの園庭に、井戸が出来ました。昨年、全国的な緊急事態宣言が発令された際は保育園も登園自粛になりました。子ども達がいらない園庭はしーんと寂しさだけが転がっていました。その際に折角だからコロナ禍のレガシーを園庭に残そう(!?)という理事長の発案で、保育園と病児保育のスタッフみんなで塩ビパイプの自作井戸掘り器を使った井戸掘りをスタート! みんなで頑張って掘って掘って掘って、クリスマスにサントさんから手押しポンプのプレゼントが届いて、ついにおっきなARINKOMURAの園庭に立派な自作井戸が出来上がりました。

.....私たちが使った井戸掘り器、無償でお貸しします。ご興味のある方はご連絡ください。

寒い季節の実験「あったかカイロ」を作ってみよう!

①ファスナー付き袋にバーミキュライト5gを入れます。

②①の袋に5%の食塩水を5ml入れて、振り振りシェイクしながらバーミキュライトとよく混ぜあわせます。



③ティッシュペーパーにくるんだ鉄粉20gを②の袋に入れて、袋のファスナーを開けたままよくモミモミ揉みます。すると...ぽかぽかとあたたかくなりました!

「あったか自作カイロ」の出来上がり!

でも、袋の空気を押し出してファスナーを閉めてしばらくすると...暖かさはなくなります。何故だかわかりますか?

サイエンスに触れて、自分の手で温度の変化を感じることができる面白い実験です。



“おすすめ絵本”

①おふろにはいろ

寒い冬、お風呂は温かくて楽しいよ! イヤイヤ期の小さなお子さん達にこの絵本を読んであげたら、お風呂にはいることを嫌がらないで、ゆっくり湯船であたたまってくれる、はず!



②はんぶんこ

いろんな動物達が大好きな食べ物をはんぶんこ! でもあれれ? 時々はんぶんこにならなくて、うーんと泣いちゃったり...はんぶんこして食べるだけで、いつもより美味しく、楽しくて。わけっこするのが、嬉しくてたまらない! そんなこども達におススメの1冊です。



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ット TEL: 090-2542-5630