

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ット

2025年1月 NO.101

昭和 100 年にあたる今年も、こども達の毎日がニコニコ元気に素敵な日々となりますように、関係者一同精一杯勤めさせていただきます。本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



三春の滝桜の下で先生が拾ってきた蛇の抜け殻

<< 新型コロナワクチン接種 >>

ご家族に妊婦さんや血液腫瘍性疾患等の基礎疾患をお持ちの方がおられる等の事情で、新型コロナワクチンの任意接種を希望されるお子さんやお父さんお母さんを対象に、新型コロナワクチン（ファイザーのみ使用）の接種を行なっています。接種可能な医療機関に限られるため、他県を含む広域からお問い合わせをいただいています。できる限り対応いたしますので、まずはお電話

TEL029-212-5630
でご相談下さい。

那珂キッズクリニック小児科 HP はこちら



<< 新型コロナウイルス感染症 (COVID-19) 治療薬 >>

同じ COVID-19 治療薬であるラグプリオやバキロビッドは、高齢者や持病のある方など、基本的には重症化リスクのある患者さんに処方する薬ですが、ソコーバは重症化リスクのない患者さんにも処方できます。

ソコーバは、発症から 72 時間以内に服用を開始すると、ウイルスの体内での増殖を抑制し、鼻水や鼻詰まり、のどの痛み、咳、発熱、倦怠感等の症状のある期間を短縮します。投与対象となるのは「12 歳以上」ですので、小さなお子さんは使えません。

コロナに感染した人のうち「高熱または咳・のどの痛み等の症状が強い」患者さんに用いられます。



ソコーバは副作用の少ない薬ですが、併用する薬の効能に影響を与える場合があります。持病等で、他の薬が欠かせない方は、かかりつけ医・薬剤師に必ず相談してください。

※妊婦さんは使用できません。妊娠している可能性のある方も、使わないようにしましょう。授乳も赤ちゃんに悪い影響が出る恐れがあるので、ソコーバ服用中はやめておきましょう。

<< インフルエンザ (注射型不活化) ワクチン >>

昨年末は那珂市周辺ではインフルエンザ A/H1-2009 型が流行のほとんどをしめていました。

一部、水戸の高校生を中心にインフルエンザ A/H3 型が散見されていきました。年始から散発的にインフルエンザ B 型も検出されています。つまり、3つのインフルエンザが流行している状況=3回感染する可能性がある状態です。うっかりインフルエンザのワクチンを打ちそびれてしまったお子さん、お父さん、お母さんはワクチン接種をお早めに！

注射型不活化ワクチンは生後 6 か月以上の方が対象です。

<< フルミスト (経鼻生インフルエンザワクチン) >>

2~19 歳未満が接種対象です。注射ではありません。お鼻にシュッと。1回だけでおわりです。



<< 抗インフルエンザ薬の予防投与 >>

インフルエンザ治療薬は、感染しないための予防薬として使用することも可能 (但し保険適応外 自費) です。主にお子さんがインフルエンザに罹った保護者の方や同居ご家族を対象に抗インフルエンザ薬の予防投与と薬の処方を行っています。那珂キッズクリニック小児科では薬剤耐性の出現頻度が極めて低いリレンザを予防投与薬としてご用意しています。

発症を予防できるのはお薬を使用している期間のみです。
◇抗インフルエンザウイルス薬の予防投与費用 (自費)
リレンザ ¥7000 (院内処方 保険適用外)
リレンザ 1 日 1 回 2 プリスター
(予防投与として計 10 日分。)



<< 水痘 (水ぼうそう) 流行 >>

昨年末、ひたちなか市内と那珂市内の小学校で水痘の流行がありました。水痘はインフルエンザよりも感染力が強く、結核や麻疹と同じように空気感染する疾患です。潜伏期間が 2 週間程と長いので、年始にも感染発症者が確認されています。

水痘の予防には 2 回予防接種を受けることが必要です (1 回しか予防接種を受けていない場合は、周囲で流行すると 30% 以上のお子さんが感染してしまいます。)

1 歳になったらできるだけ早く MR ワクチン等と一緒に初回接種を受けて、その後、最低 3 か月以上の間隔をあけて 2 回目の接種を受けます。



1 回しか接種しておられない年齢の大きなお子さんも、任意接種 (自費) として 2 回目の水痘ワクチン接種を受けていただくことが推奨されます。

<< そろそろ花粉症対策を始めましょう >>

毎年花粉に悩まされてつらい思いをされているお子さんは、本格的な花粉の飛散が始まる少し前 (2 月初旬) から対策をはじめましょう。

【花粉症の検査について】

鼻水を調べる「鼻汁中好酸球検査」(アレルギー性鼻炎の有無を調べます)等を実施しています。ガイドライン上、花粉症の診断に血液検査は必須ではありません (血液検査でスギ花粉に反応がでてもそれだけでは花粉症と診断できません) がご希望の方には血液検査も実施しています。



鳥取智頭の杉神社

【花粉症の治療で大切なこと】

- 最も大切なことは、抗原 (花粉) の除去と抗原 (花粉) の回避です。
- マスクやメガネを使用します。(必ずしも花粉症用のメガネでなくても通常のメガネで OK ですが、自宅外では (教室内などでも) 終日装着することが望ましいとされています。)
 - 屋外から屋内に入る度に上着を脱いで、手と顔を洗います。
 - 屋外での活動をできるだけ必要最低限にしましょう。
 - 髪の毛長いお子さんは、ご帰宅後にシャワーで髪の毛を流し、お洋服を着替えるのも効果的です。
 - 吸引力の強い掃除機で毎日お掃除をしましょう。
 - 市販の使い切り点眼液 (ドライアイ用の保存剤が入っていないアイリス CL-1 など抗菌薬のはいっていないもの) を推奨しています) を頻用して、花粉を洗い流すのも効果的です。

【舌下免疫療法】

からだをアレルゲンに慣らして、根本的に花粉症を“治す”治療法です。対象は 5 歳以上です。治療には 3~5 年間毎日お薬を続ける必要があります。(毎日 1 日 1 回舌の下にお薬を 1 分間保持します。お薬はすぐに溶けるので、1 分経過後にごっくんと飲み込みます。)

※スギ花粉症としてシダキュアの処方をご希望の場合、花粉の飛散時期には新たに治療を開始することができません。新規治療開始はゴールデンウィーク以降の開始となります。



<< MR (麻疹・風疹) ワクチン >>

1 歳 & 年長さんで MR ワクチンがお済みでない方は早めに接種を受けましょう。那珂市内でも保育施設ごとに接種率に大きな差があります。

今後は保育の質の評価基準に、これら各種ワクチンの接種率が含まれるようになることが必要になってきます。

是非、お子さんの保育園・幼稚園の園長先生や学校の養護教諭の先生に、それぞれの施設の MR ワクチンの接種率を聞いてみてください (MR 7 種接種率が 95% 未満の園や学校は、ちょっと問題です)。



<<先天性サイトメガロウイルス (CMV) PCR 検査>>

見かけでは元気な赤ちゃんでも、生まれつきこのウイルスに感染していることがあります。感染を早く見つけて適正な対応をすることで、障害の程度を最小限にとどめることを目指せます。

先天性サイトメガロウイルス感染症の尿検査は、生後3週間以内の赤ちゃんが対象です。

採尿するだけなので、赤ちゃんに大きな負担はありません。検査結果判明に数日を要します。生後3週間を超えると、先天性感染と後天性感染の区別が困難となり、正確な評価が難しくなります。



『先天性感染児の検査とフォローアップ』

先天性CMV感染と診断された場合は、引き続き、症候性・無症候性の鑑別のため総合病院にて血液検査や頭部画像検査などの精密検査を行います。先天性CMV感染に伴う難聴はしばしば遅発性・進行性で、幼児期に発症する場合があります。また自閉スペクトラム症を含む様々な発達障害を発症することもあります。定期的に専門外来で経過を診てもらうことで早期診断・早期介入することが可能になります。小学校低学年頃までは定期的に発達や聴力の評価を行うことが必要となります。

『新生児聴覚スクリーニングで要再検(リファー)となった場合』

新生児聴覚スクリーニングで、要再検(リファー)になる赤ちゃんの中に先天性CMV感染による聴覚異常が含まれています。要再検を指摘された時点で出来るだけお早めにCMV核酸検出法による検査をご相談下さい。

『予約方法』

那珂キッズクリニック小児科でCMV核酸検出法による検査をご希望の方はお電話 TEL029-212-5630 でご相談下さい。

<<伝染性紅斑(リンゴ病)が首都圏で「過去最大」の流行! 妊婦さんの感染に注意して>>

伝染性紅斑は、ヒトパルボウイルス B19 による感染症で、小児を中心にみられる流行性発疹性疾患です。両頬がリンゴのように赤くなることから「リンゴ病」とも呼ばれます。

飛沫感染や接触感染で感染した後、約10日(4~20日)の潜伏期間を経て、両頬に紅い発疹が現れます。続いて体や手・足に網目状の発疹が広がりますが、これらの発疹は、通常1週間程度で消失します。多くの場合、頬に発疹が出現する7~10日前に、微熱や風邪のような症状がみられ、この時期にウイルスの排出が最も多くなります。発疹が現れる時期にはウイルスの排出量は低下し、感染力もほぼ消失します。予防するワクチンはなく、治療法も対症療法のみです。

※妊娠中(特に妊娠初期)に感染した場合、まれに胎児の異常や流産が生じることがあります。パルボウイルス B19 に対する日本人の妊婦さんの抗体保有率は20~50%で、妊婦さんが初めて感染した場合は6%が流産や子宮内胎児死亡、4%は胎児貧血や胎児水腫を起こします。妊婦さんは日常生活の中での感染対策が不可欠です。伝染性紅斑が流行している保育園や学校などには立ち入らないようにしましょう。妊婦さんで感染が疑われる場合にはご相談下さい。必要に応じて那珂キッズクリニック小児科で血液検査で診断を確定した後に、産科で超音波検査等の精密検査を受けていただけます。ご心配な方はお早めにご相談ください



<<つくしちゃん>>

あけましておめでとうございます。つくしちゃんも、新年に新しい洋服にお着替えしてみました。お年賀にももらった飴を持って記念撮影もしてみました。新しい年、新年、お正月!と私たちはワクワクしたりパタパタしたりしますが、つくしちゃんはマイペース。すいすい走って、時々お気に入りの歌も歌って、いつも通り楽しく過ごしています。クリニックでつくしちゃんを見かけたら声をかけてあげてください!「ててちゅちゅ〜」とつくしちゃん言葉でお返事してくれます♪



LOVOT HPはこちら→



<<種子島の初日の出>>

種子島の東側の熊野海岸からの初日の出です。風もなく穏やかな新年の幕開けでした。

種子島の成人式は年末年始の帰省に合わせて1月3日にあります。皆さんの笑顔溢れる若者達が初日の出を見にきていました。一番



狭いところだと東西に10km程度しかない種子島。西側の東シノ海側の長浜海岸からは夕陽も見ることができます。この時期はお隣の屋久島の辺りに日は沈みます。今年も素敵な一年になりますように。

感染症流行状況(2024 12/01~12/31 検査陽性者のみ) 対象: 当院受診者

	市内		市外	
	未就学児	就学児以上	未就学児	就学児以上
溶連菌	5	10	6	4
手足口病・ヘルパンギーナ	29	1	0	0
アデノウイルス	16	6	0	5
RSウイルス	4	2	0	3
インフルエンザA型	41	111	14	82
インフルエンザB型	0	1	0	0
ヒトメタニューモ	3	11	0	2
マイコプラズマ	0	12	1	22
ヒトライノウイルス	13	48		
エンテロウイルス				
パラインフルエンザ	1	5		
帯状疱疹・水痘	0	4	1	0
伝染性紅斑(りんご病)	0	1	0	0
COVID-19(成人含)	15		5	

しろやぎさんのお部屋から

新年明けましておめでとうございます。2025年は、十二支の巳(へび)年。「へびは新しい自分に生まれ変わる」「幸せな未来をつかむ」という素敵な意味を持っているそうです。

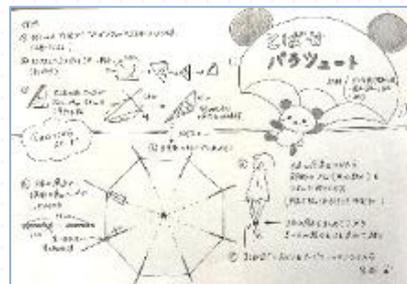
巳年は、新しい挑戦や変化に対して前向きな姿勢を示す年とも解釈されるのだそうです。年末にお部屋に来てくれたお友達とお正月飾りを作って飾りました、素敵に仕上がっています。今年もよき一年になりますように!



今月の遊び紹介

<パラシュートを作ってみよう>

ARINKOMURA の収穫祭の時にワークショップで作ったパラシュート。材料は、ビニール袋とタコ糸とおもりです。それぞれ個性的な絵を描いたビニール袋にバランスよくタコ糸をつけてパラシュートを作ります。パラシュートが出来上がったなら、「特製パラシュート飛ばしマシン」にパラシュートをセットしてスイッチ ON!!パラシュートがフワッと浮かび上がった時の嬉しさは格別です!!嬉しくて嬉しくて、何回も繰り返し飛ばして盛りあがりました!



那珂キッズクリニック小児科 HP

病児の保育「しろやぎさんのボシェット」



こどもホスピスねむの木の下で...



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 しろやぎさんのボシェット
Tel: 029-212-5630