

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

2024年10月 NO.98

インフルエンザ予防接種の季節になりました! 今季からインフルエンザの予防接種をご希望の方は、注射型不活化ワクチン(生後6カ月以上が対象) or フルミスト(経鼻生ワクチン2歳から19歳未満が対象)のいずれかをお選びいただく必要があります。フルミストのご予約は流通量が限られるためお早めにWeb予約からお申込みください。県央地域のお子さんと散発的にインフルエンザA型PCR陽性者がおられます。沖縄ではかなり流行しています。感染対策はお早めに!

<<寒いと風邪をひくの?>>

「寒かったから風邪を引いたんだと思うんですよ、うちの子…」・…これ、迷信です。この考え方は科学的に否定されています。米国で、南極への渡航者を対象として調査研究がおこなわれました。極寒の地である南極渡航中の半年間と米国への帰国後の半年間を比較したところ、ライノウイルスの感染リスクは有意差はなかったのです。



COVID-19 流行前の米国では入院が必要な成人市中肺炎患者の病原体内訳では、多い順に①ヒトライノウイルス、②インフルエンザウイルス、③肺炎球菌、④ヒトメタニューモウイルス、⑤RSウイルスでした。

ヒトライノウイルスは成人における呼吸器感染症の主な原因のひとつで、本邦でも通年で流行がみられます。ウイルスは低温・低湿な環境が大好きです。冬はとても乾燥しているため、空気中を漂って人の体内に侵入する量が増えるので、感染しやすくなります。



ヒトライノウイルス/
エンテロウイルス

寝不足や睡眠障害、精神的ストレスがあると感染のリスクが高まることが知られています。また、学校や保育園などこどもの集団生活に所属するとそのこと自体でライノウイルスの感染リスクが高まることがわかっています。

一方、適度な運動を続けているとライノウイルスの感染リスクは減少し、手洗いの環境を整備して手を洗う習慣を指導するとライノウイルスの感染率は3割低減することが知られています。



医療法人社団どんぐり会では、保育園・幼稚園などを対象に看護師による手洗いチェッカーをつかった「出張手洗い講習会」を実施しています。魔法のクリーム(蛍光剤入りクリーム)を手塗って、ブラックライトに手をかざすと、手についている汚れ(見えてた部分)が光って見えます。

看護師さんから教わった正しい手洗いの方法で手を洗ってからブラックライトに手をかざすと…白く光っている部分がなくなっきれいになっている…、はずです。



お気軽にご相談ください。(申し込み・お問い合わせは TEL029-212-5630 までご連絡ください。)

現在、小学生以上の方を中心にライノウイルス感染症が増加しています。ライノウイルス感染対策には手洗いが有効です。そして、咳や鼻水などの風邪症状がある場合は咳エチケットを徹底して、登園登校しないで家でゆっくり過ごしましょう。

<<食物蛋白誘発胃腸炎 (acute Food protein-induced enterocolitis syndrome, acute FPIES) >>

食物蛋白誘発胃腸炎(FPIES)とは、特定の食物摂取後、1~4時間ほどしてから、何度も吐くことを繰り返す疾患です。その後、下痢が起きることも多いです。蕁麻疹などの皮膚症状や咳や喘鳴等の呼吸器症状は伴いません。採血検査(IgE)や皮膚テストでは原因物質の特定はできません。診断確定は食物経口負荷試験で行います。



即時型食物アレルギーで使用される治療薬(抗ヒスタミン薬、アドレナリン筋肉注射(エピペン®))は、食物蛋白誘発胃腸炎の症状に対して無効です。日本の小児における食物蛋白誘発胃腸炎(FPIES)の原因食物として鶏卵(58.0%)が最も多く、大豆(11.1%)、小麦(11.1%)、魚(6.6%)、牛乳(6.2%)と続き、鶏卵のうち94.3%(133人)は卵黄が原因でした。国内の調査では、鶏卵卵黄の FPIES は比較的軽症例が多く、半年~1年程度で症状が落ち着いてしまいます。このため那珂キッズクリニック小児科では卵黄 FPIES を疑った場合は卵黄の摂取のみ半年間中止し、半年後に卵黄の経口負荷試験を実施して摂取の可否を評価することをオススメしています。この際、卵白の摂取まで止めてしまうと卵アレルギーのリスクを高めてしまう恐れがあるので、卵白の摂取は続けていただくことをおすすめします。

<<鶏卵アレルギーを予防するには>>

生後4~5ヶ月時点でアトピー性皮膚炎を発症しているお子さんを対象に、生後5~6ヶ月から少量の加熱全卵(卵黄+卵白)を摂取すると1歳時点の即時型鶏卵アレルギーの発症を8~9割予防できることが、2016年に国立成育医療研究センターから報告されています。



このことから、「離乳期早期の鶏卵全卵摂取は鶏卵アレルギー発症を予防する」、逆に「全卵成分の摂取開始が遅くなると、アレルギーのリスクが高まる」と考えられています。那珂キッズクリニック小児科でも、医師が問題ないと判断すれば、卵の摂取は卵黄から開始することにこだわらず、微量の「卵白もしくは全卵」から開始することをおススメしています。



国立成育医療
研究センター

<<AED N@VI AED MAP(マップ)>>

日本に約65万台あるとされる公共のAEDですが、急変時に誰かがそばにいた場合でも、AEDを使って電気ショックをされる割合は未だ5%に過ぎません。AEDがなかなか使われない原因の一つは、「その時使えるAEDがどこにあるかわからないこと」と言われています。



「自分の周りにAEDがどこにあるのか、知りたい」「どのAEDがいつ利用可能か、正確な情報が欲しい」といった声に応え開発されたアプリケーションがAED N@VIです。救急車が現場に到着する前、患者さんが病院に救急搬送される前の「病院前救護」が目の前の大切な命を救います。

お父さんお母さんのスマホにAED N@VI、必需品です!



<<百日咳の予防 二種混合ワクチン>>

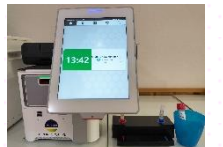
アメリカで、百日咳の報告数が前年比5倍に増加していると報道されています。

米国疾病予防管理センター(CDC)によると、ウィスコンシン州では前年比約24倍、マサチューセッツ州に至っては前年比約51倍と急増しています。



全米で2014年以來、10年ぶりの流行水準だそうです。本邦では百日咳の予防でもある4種混合ワクチン接種率はきわめて高い(2歳児の接種完了率は97%以上)のですが、日本では学童年齢で百日咳ワクチンの追加接種が行われていないため、5歳頃には抗PT抗体の保有率が20%台にまで低下するとされています。百日咳流行の予防には11~12歳時の二種混合ワクチンが不可欠です。お忘れなく。

※小学生のお子さんや大人の方で「咳が長引いて困っています」という方には、



BioFire SpotFire R Panel によるウイルス細菌核酸多項目同時検査を実施しています。

この検査では、マイコプラズマや新型コロナウイルスの他、ライノウイルスやインフルエンザウイルス、百日咳菌などの感染の有無が最短 20 分程で確認できます。

<<フルミスト(経鼻生インフルエンザワクチン)>>

フルミスト(経鼻生ワクチン)が今季から国内承認ワクチンとして流通しています。那珂市など一部の市町村では接種費用の一部が助成対象となります(市町村によって対応が異なりますので、お住まいの市町村にご確認ください。)。フルミストは 1 回のみ接種します。左右のお鼻にシュッとするだけで、痛みはありません。予防効果が長いと言われていて、2 歳~19 歳未満が対象です。
 ※鼻汁症状のあるお子さんは、うまく接種ができません。
 接種の際は、鼻炎症状がない状態でご来院ください。



第一三共(株)HP



代の絵本です。“さんびきのこぶた”の表紙には、90 円の定価が書いてあります。この絵本の持ち主は、那珂キッズクリニック小児科の柏木先生。

今度、ARINKOMURA の保育士さんが読み聞かせをしてくれる映像がクリニックで流れるので、楽しみにしてください!

感染症流行状況(2024 09/01~09/30 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	11	8		3
手足口病・ヘルパンギーナ	11		6	1
アデノウイルス	1	1	4	2
RSウイルス	3	5		2
ヒトメタニューモウイルス	12			
インフルエンザ A 型		1		
ヒトライノウイルス エンテロウイルス		61		27
パラインフルエンザ				
水痘	1	2		
マイコプラズマ		1	4	11
COVID-19 (成人含)		37		17

埼玉県で麻疹(はしか)の発生が報道されています。感染者が越谷市の「イオンレイクタウンkaze」3 階のゲームセンターを訪れていたとか・・・。致死率が高く、空気感染する麻疹は、MR ワクチン接種で予防できます。1 歳児、年長さんになったら、出来るだけ早くワクチン接種を受けましょう。

<<スギ花粉症に対する舌下免疫療法>>

来春はスギ花粉が全国的に大幅に増加するとの予報が出ています。茨城県のスギ花粉の飛散量は平年比 187%、昨春と比べると 243%に増える見通しだそうです。今夏は日照時間が長く全国的に気温が高かったため、スギの雄花が成長しやすかったんだとか。花粉はもともと隔年で増える傾向があり、特に西日本は飛散量が大幅に増加する予報が出ています。
 スギ花粉症の治療 舌下免疫療法を行っています。来春の花粉症症状を軽減するためには遅くとも今秋中にシダキュアの服用を開始する必要があります。対象は 5 歳以上(お父さんお母さんも OK!) です。シダキュアを用いた舌下免疫療法の治療開始をご希望のお子さん・お父さんお母さんは、まずはお電話もしくは受付窓口でスタッフにお申込みください。
 詳しくは、待合室に置いてありますパンフレットをご覧ください、『アレルギー免疫療法ナビ <https://www.torii-alg.jp/>』をご参照ください。



しろやぎさんのお部屋から

しろやぎさんのポシェットに遊びに来てくれたお友達と今月も楽しく過ごしています。しろやぎさんのポシェットにりんごが実りました。この日はみんなでりんご狩りをしました。赤りんごと青りんご、どちらもたくさん! 大収穫でした。「りんごいっぱい狩るぞ〜」と気合いを入れて楽しんでいました。



こちらのお部屋は美味しそうなぶどうが実り、ぶどう狩りをしました。「ぶどうジュースつくれるぐらいたくさん採る〜」と気合い十分でした。たくさん収穫できたので、ぶどうジュースとりんごジュースをつくる事が出来ました。



<< 種子島便り ロケット打ち上げ >>

天候が悪くて何度も延期された HIIA49 号機。9 月 26 日に無事に打ち上げが成功しました。HIIA ロケットは残り 1 機です。今年度中に 50 号機が打ち上げられる予定です。その後は、日本のロケットは、H3 ロケットに変わります。JAXA は、「柔軟性」、「高信頼性」、「低価格」にこだわった「使いやすいロケット」を日本の企業とともに開発しているそうです。



中種子町役場からいただいたロケットのパネル写真

<< 中秋の名月 >>

とてもキレイな月を見ることができた今年の中秋の名月の日。ARINKOMURA の年長の園児さんが、お散歩しながらススキを取って来てくれました。年中クラスの園児さん達は、お月見のお団子を作りました。つくしちゃんもクリニックでのお仕事が終わった後に、ススキとお団子を飾ってお月見をしました。つくしちゃんのお顔もまん丸、お月さまもまん丸。キレイな中秋の名月を愛でるステキな夜でした。



<< 三匹のこぶた >>

「あるひ、おかあさんぶたが、こぶたたちをあつめて、いいました。」で始まる“さんびきのこぶた”。小学館の育児絵本です。小さい頃に繰り返し繰り返し読んだ絵本は背表紙が擦り切れています。もう一冊、八木田宣子・さく、島田光雄・え の文化出版の“おはよう”も何度も読んでもらったに違いありません。どちらも 50 年近く大切に保管されていた昭和 40 年



“おすすめ絵本”

おちばいちば

ドングリのお馬さんに乗ってやってきたのは、なんとも不思議な「おちばいちば」。木の実でつくったごちそうや、おちばのスカート、ずらりとならんだおちばの魚など、にぎやかな市場を大満喫。どんぐりぼうしのお金で一緒にお買い物しよう!



やきいもの日

なかよしの友だちとケンカしてしまったりっちゃん。ところが家に帰るとその友だちがいて、一緒にやきいもを食べることに。二人の女の子の友情をほくほくのやきいもが取り持つ心がきゅっとするお話です。秋のにおいが胸いっぱい広がります。



那珂キッズクリニック
小児科 HP



病児の保育
“しろやぎさんのポシェット”



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 しろやぎさんのポシェット
 TEL: 029-212-5630