

えんじいば

チョコッとな!
せんせい
ありがとう
カード

◆第2特集

いつものお皿で
テーブルコーディネート
年末年始の
「おもてなし」入門

◆遊びに行きたい!

見どころ満載の港町
福山市・鞆の浦

◆子どもと一緒に外出掛け

星空のロマン感じる
中国地方の施設

◆プレゼント

ドラゴンフライズ&
積み木など

よんではなし
ヘンゼルと
グレーテル

いつも笑顔
いっぱい唯菜。
これからも幸せで
笑顔あふれる人生を
歩んでいってね。
◆安芸郡在住
五升目美奈子さん(27歳)
唯菜ちゃん(3歳)
府中ひかり幼稚園

子どもの自立心を育みたいなら

STOP! 先回り育児

無料

12

月刊/2016.11.4発行
広島リビング新聞社

2016

子どもの冬の病気 予防と対策 Q&A



竹中美恵子先生
広島市民病院小児科

インフルエンザやノロウイルスなど、冬は子どもが病気にかかりやすい季節です。

予防や対策、気になる病気などの最新情報を、

広島市民病院小児科の竹中美恵子先生に話を聞きました。

Q インフルエンザの予防接種はいつまでに 何回注射すべき？

A インフルエンザのワクチンは、抗体がつくまでに2週間かかると言われています。できれば予防接種が始まってすぐに1回打ち、抗体をあらかじめ作るのがいいでしょう。2回目は、3、4週間開けて接種するのが効果的と言われています。予防接種で完全に防ぐことはできませんが、罹患(りかん)しても軽度で済むというデータはあります。1歳からの接種が推奨されていますが、親御さんが医療関係などインフルエンザをもらいやすい環境にいる場合は、生後6カ月から接種が可能なので、かかりつけの小児科に相談を。また、卵アレルギーがあるお子さんは注意が必要です。アレルギーなどで気になることがあれば、かかりつけの先生に伝えてください。

Q 子どもが発熱したら、すぐにインフルエンザか どうか病院で調べるべきですか。

A 発熱した場合は、まずは小児科へ。ですが、インフルエンザかどうかは、感染から24時間たないと分かりません。最近では、より迅速に調べる方法が確立されてきましたが、どの機関でも調べられるわけではありません。高熱や鼻水などの症状が出てきたら小児科を受診し、先生にインフルエンザを疑うべきかを見極めてもらうのがいいですね。

Q 感染者数が増えているというノロウイルスも気 になります。何か情報はありますか。

A ノロウイルスは毎年形を変え、少しずつ強いウイルスになってきています。感染力が非常に強いので、昨年かかったからといって今年はかからないという保証はありません。ノロウイルスの感染予防には、しっかりとした手洗いやうがいをお願いします。感染した場合は、拡大を防ぐためにも机や椅子など、感染者が触れた可能性がある部分を次亜塩素酸水で拭き取って消毒しましょう。

Q ノロウイルスの子どもが嘔吐し、シーツなどが汚れたら どのように処理をすればいいですか。

A 普通の除菌アルコールでは全く効果が無く、上記のように、ノロウイルスには次亜塩素酸で消毒するのが有効といわれています。シーツなどに嘔吐した場合はすぐに洗濯を。洗剤を入れた水の中で静かにもみ洗いをします。その際、しぶきを吸い込まないように注意を。その後、85度で1分以上の熱水洗濯するのが望ましいですが、熱水洗濯できない場合は、嘔吐物などを洗い流してから次亜塩素酸ナトリウム(塩素系漂白剤を50倍に薄めた液)にしばらく漬けて消毒し、その後洗濯するのが有効です。いずれも十分にすすぎ、高温の乾燥機などを使用すると殺菌効果が高まります。布団などすぐに洗濯できない場合は、よく乾燥させたスチームアイロンや、布団乾燥機を使うといいでしょう。また、下洗した場所は次亜塩素酸ナトリウムで消毒し、洗剤を使って掃除をしてください。

床などに嘔吐した場合も、必ず次亜塩素酸を使って消毒を。薄めた次亜塩素酸を雑巾などに含ませたり、スプレーして拭き取るといいでしょう。



Q 他に気を付けたい病気と、その予防法を 教えてください。

A RSウイルスやロタウイルス、嘔吐下痢症、マイコプラズマ肺炎などがあり、冬は空気感染する時期なので、気管支に関わる感染症がまん延しやすいです。

全てに共通で言えるのは、やはり手洗いとうがいを続けることが予防につながります。大人なら軽く済むことでも、子どもが初めてかかると、かなり重くなることがあります。大人が「少し風邪っぽいな」と思う症状が、実はRSウイルスや気管支炎だったりすることもあるので、家族みんなで手洗いとうがいをして感染予防と拡大を防ぐように心掛けましょう。

Q 最近話題になった「はしか」も気になります。 大丈夫でしょうか。

A ワクチン接種の1回目抗体がつく確率は95%。100%に近づけるには2回の接種が推奨されています。平成18年4月からは、はしかと風疹の混合ワクチンであるMRワクチンの定期接種を行い、1歳と小学校入学前に合わせて2回接種するように推奨しています。ですが、国の方針により定期接種が1回にとどまっていた期間があります。現在26～39歳の人該当し、2回接種した人に比べてはしかにかかりやすいといえます。子育て中や、これから子どもが欲しいと考えている人が多い世代ですので、注意が必要です。お子さんがいる方は、一緒に接種を受けてもいいかもしれません。また、妊娠中に感染すると流産などを引き起こす可能性が高くなります。妊娠する前に接種しておきましょう。