

今回は「たま通信」第2号です。今後、毎月1日に発行する予定です。

## 発熱について

今月のテーマは小児科で一番多い「発熱」です。発熱は、ご存知の通りウイルスや細菌感染があった時に発症します。ウイルスや細菌の活動を鈍らせ、白血球の活動を活発にさせる生体防御(ぼうぎょ)反応が発熱なのです。

時々、「高熱なので頭が悪くならないか心配です。」と訴える母親がいますが、発熱の高さと病気の重症さは比例しません。極々まれ

に高熱が続く髄膜炎を併発して、脳に障害を残すこともあります。逆に高熱が脳障害を起こすことはありません。



発熱時の対処ですが、基本的に薄着にします。その方が子どもにとって快適なのです。但し、熱の出始めは寒くて震えることがあります。むしろ熱を出すために震えていますので、その時には毛布などで温めた方が良いでしょう。しばらくして震えが治まったならば、涼しくしてやります。クーラーや扇風機はうまく利用して下さい。手足が冷たい時には、手足をさすったり、靴下を履かしたりして暖めることが大切です。時々「熱を下げるシート」を額に張って来る子がありますが、気持ち良いだけで下熱効果はそれほど期待できない事を知っておいて下さい。

熱がある時には食欲がなくなるものです。大人でも食欲がなくなりますので、無理やり食

べさせる事は良くありません。水分補給ができており、おしっこも程々出ていればまず心配ありません。

小児科では解熱剤(カインツザイではなく、ゲネツザイと言います)としてよく坐薬を処方します。一般的に、体温が38.5℃から使用するよう指導していますが、日常生活に差し支えないくらい元気であれば、すぐに使用する必要はありません。元気がなく、夜も寝付けない様でしたら、親子の安眠のためにも使用した方が良いでしょう。

時々、「解熱剤が効かない」と訴える親がいます。時には発熱の上昇に勢いがあり、中々止められない事も少なくありません。但し40℃から38℃台に落ちて平熱にはならなくても、子どもにとってはまだ楽なのです。すぐに解熱剤を追加せず、しばらく冷やしながらか 5~6時間空けて下さい。

坐薬はアセトアミノフェン(アンヒバなど)を使用しますが、シロップや粉薬もあります。シロップは保存期間が短いのが欠点です。他にもメフェナム酸(ポンタール)などいくつかの解熱剤がありますが、小児ではアセトアミノフェンが一番安全と言われています。

親にとって子どもの発熱が一番心配なことでしょう。夜間に発熱した時には、すぐ救急室を受診するのではなく、ぐったりしていたり、息が苦しそうでなければ、しばらく家で様子を見て良いと思います。(たまなほ)



# たま通信(スタッフ便り)

## インフルエンザ予防接種

### はじまっています

今年も10月からインフルエンザの予防接種が始まりました。今年冬に流行すると予想される型のワクチンです。去年の冬は接種してもインフルエンザにかかってしまった子もいましたが、やはり重症化の予防の為に今年も接種をしたほうが良いでしょう。

去年は、前年度2回受けた人やインフルエンザに罹った人は1回接種にしましたが、今年是从来どおり、生後6か月から13歳未満の子は1~4週間空けて2回接種、13歳以上は1回接種することにしました。お子様だけでなく、お父さんお母さん、ご家族そろって予防接種を受けていただくことをおすすめします。



インフルエンザ料金 1回 ¥3,000  
2人目から ¥2,500  
(同日接種に限り家族の  
2人目から ¥500 割引)  
予防接種の優先時間は  
診察日の午後 2:00~3:00  
あらかじめ電話予約の上ご来院下さい。比較的空いています。

## 臨時休診のご案内

11/18(金)~11/19(土)は院長が学会に出席するため休診いたします。

尚、毎週木曜日は休診日ですが、前日の11月17日(木)は臨時診療いたします。



## おたふくかぜ

### (流行性耳下腺炎)流行中!

耳の下(耳下腺)が腫れて痛がります。たいてい左右とも腫れますが、片側だけのこともあります。また、あごの下の腫れだけのこともあります。腫れは1週間程続き、熱は2~3日で落ち着きます。(熱がでない子もいます)

#### ☆治療

熱や痛みをおさえる薬を処方します。痛いときは冷湿布を使うのも良いでしょう。

#### ☆家庭で気をつけること

##### ① 食べ物

すっぱいものやよく噛まなくてはいけない食べ物は余計に痛くなるため、避けましょう。痛みが強い時には、噛まずに飲み込めるものをあたえます。

##### ② 入浴

高い熱があるときや、痛みが強いとき以外は入ってもかまいません。

#### ☆登園・登校

腫れがひくまで、他の子にうつります。約1週間は休ませ、できれば外出も避けましょう。

## 受付・事務からのお願い

- ・ 住所に変更がある場合は早めに連絡してください。
- ・ 月1回の保険証の提示をお願いします。

