

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

2023年1月 NO.77

新年あけましておめでとうございます。
2023年こそは、世界中に子ども達の笑顔と笑い声が溢れる一年になることを祈念しています。

子供の命を全力で 大人が守ること
それが自由という名の誇りさ♪

昨年のNHK 紅白歌合戦で桑田佳祐さんも歌っていました。
素敵な未来を呼び寄せるためにも子ども達を守り、応援したい。
そして、私たち先に生まれてきた者が、彼らの未来の下支えを喜んでくれる社会を創生したいと思う。

それが医療法人社団どんぐり会の夢です。
今年もかわらず、よろしく願い致します。 理事長 柏木玲一

《新型コロナウイルス療養期間》

	発症日		発症後							
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	
無症状陽性者	検体採取日	7日間							療養解除	
	検体採取日	発症した場合、「有症状陽性者」の0日へ 5日間 抗原キットで陰性確認							療養解除	
（有症状陽性者以外）	発症日	7日間かつ症状軽快後24時間							療養解除	
	発症日	症状が続く場合、必要に応じて療養期間が延長になることがあります							療養解除	

※症状のある方：発症日から7日間経過し、かつ症状軽快後24時間経過するまで。症状に大きな変化がある際は、必要に応じて療養期間を延長する場合があります。

※ただし、実際には約10%の感染者では発症から8日目の時点でも約16%に感染性（周囲の人に感染させてしまう感染力）があることが報告されています。うつしてはいけない大切な人との接触は発症から10日間以上経過して、かつ、24時間以上症状がなくなるまでは控えた方がよいでしょう。

※無症状陽性者は「検体採取日から7日間経過した時点で療養期間が終了」となります。5日目に検査キットによる検査で陰性を確認した場合には、5日間経過後（6日目）に解除が可能です。

※濃厚接触者になった場合の自宅待機期間は最終接触日を0日として5日間とされていますが、2日目と3日目の抗原検査で陰性が確認された場合、最短3日目から解除できるとされています。

《ご自宅で新型コロナウイルス抗原検査キットご使用の際の注意点》

- ※医療用検査キットを用意したら、あらかじめ検査に関する注意点を・使い方等を確認してから検査を実施します。
- ※指定された方法で検体を採取します。
検体の採取方法が適切でないために偽陰性となるケースが多く報告されています。
- ※陰性の場合でも、抗原定性検査の性質上、感染の可能性が否定されたわけではなく、偽陰性（過ぎて陰性と判定されること）の可能性もあるため、症状がある場合には医療機関の受診をお勧めします。

※タイミングが早すぎると、正しくない結果（偽陰性）が出る場合があります。正確な検査結果を出すには、熱が出て半日以上たってから検査してください。もしくは2日続けて検査を実施して下さい。

※陽性の結果が確認された場合には、ご家族や他者への感染拡大防止を目的に、適切な感染対策をおこないつつ上記療養期間 療養してください。

※また、陽性の結果が確認された場合には、茨城県の陽性者情報登録センターに登録して下さい。

《新型コロナウイルスPCR検査》

那珂キッズクリニック小児科では新型コロナウイルスのPCR検査を行っています。

新型コロナウイルスに関するご質問やご相談には担当看護師が対応致しますのでお電話でご連絡ください。

※感染が疑われる方はクリニックとは別の場所でドライブスルー方式でPCR検査検体採取を行います。

お車ではなく、徒歩や自転車・バイク・タクシー等でご来院されます方につきましては、別途検査場所へご案内致しますので、お電話(TEL 029-212-5630)でご相談ください。

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
いけません。まずはお電話
(TEL 029-212-5630)でご相談ください。



《インフルエンザについて》

インフルエンザは38~39℃の突然の発熱、頭痛や悪寒、全身のだるさ、筋肉痛や関節痛、鼻水やのどの痛みなどが主な症状です。インフルエンザは普通の風邪に比べ感染力が強く、症状も重くなる場合があります。

《診断は？》

インフルエンザ迅速抗原診断キットで検査診断を行います。発症直後でウイルスの量が少ないと、鼻グリの痛い検査を受けても偽陰性の結果が出てしまう場合があります。

インフルエンザを疑う症状がある場合は38℃以上の熱が出てから6~12時間経ってから検査を受けましょう。

《お休みの期間は？》

インフルエンザは発症から5~7日間は感染力があると言われています。子どもの場合は熱が出た日を0日として、翌日から5日間、乳幼児(保育園や幼稚園に通っている場合は)は解熱した日を0日として翌日から3日間、小学生以上は解熱した日を0日として翌日から2日間のお休みが必要です。

《治療薬について》

抗インフルエンザ薬には「イナビル」「リレンザ」「タミフル」「ゾフルーザ」などがあります。いずれも発症後48時間以内に使用を開始することで発熱などの全身症状を短縮することができますと言われています。

発症日	発症後									
	0日目	1日目	2日目	3日目	4日目	5日目	6日目	7日目	8日目	9日目
発熱	解熱	1日目	2日目				登校可			
	解熱	1日目	2日目	3日目			登園可			
発熱	解熱	1日目	2日目				登校可			
	解熱	1日目	2日目	3日目			登園可			
発熱	解熱	1日目	2日目				登校可			
	解熱	1日目	2日目	3日目			登園可			
発熱	解熱	1日目	2日目				登校可			
	解熱	1日目	2日目	3日目			登園可			
発熱	解熱	1日目	2日目				登校可			
	解熱	1日目	2日目	3日目			登園可			

小学生以上 乳幼児 ※咳や鼻水の症状がある場合は、登校・登園を控えましょう

《インフルエンザにかからないために》

- ・流行前に予防接種(13歳未満は2回)を済ませましょう。
 - ・流行時は外出を控え、人ごみは避けましょう。
- インフルエンザは咳やくしゃみなどの飛沫で感染します。インフルエンザの潜伏期間は1~3日間+α程度です。主に2m以内にいる感染源から飛沫でうつります。(感染源から3m

以上離れるか、マスクなどで遮へいすると感染のリスクが軽減できます。)インフルエンザの他にも、飛沫で感染が拡大する疾患は、保育園・幼稚園・学校、あるいはご家庭でマスク使用などの対策を徹底して頂くことで流行を防ぐことができます。

感染症流行状況(2022 12/1~12/31 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	未就学児	就学児
溶連菌	2	0	0	2
アデノウイルス	1	0	0	0
RSウイルス	2	0	9	0
インフルエンザA	0	0	0	1
COVID-19(成人含)	354		161	

《抗インフルエンザ薬の予防投与(自費)について》

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)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おります。

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はインフルエンザワクチンの代わりになるものではありませんのでご注意ください。

◇抗インフルエンザウイルス薬の予防投与費用(自費扱い)

リレンザ ¥6500(診察料込 院内処方)

リレンザ 5mg×2ﾌﾟﾘｽｸ/回(1日1回)吸入薬

《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月上旬頃)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る)や、涙液を調べる「涙液中IgE検査」(アレルギー性結膜炎の有無を調べる)を実施しています。

ガイドライン上、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出て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。

【花粉症の治療で大切なこと】

最も大切な事は、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。



《水いぼの治療》

銀配合の水いぼ専用保湿クリーム 3A M-BF クリームによる水いぼの治療を行なっています。1日2回、朝と入浴後に患部に塗るだけの痛くない治療法です。

長袖長ズボンで皮膚の露出が少ないこの季節が治療に最適です!



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。今年もご利用者であるお父さま方に、安心安全で楽しい病児保育をご提供できるようにスタッフ一同努力して参ります。どうぞ宜しくお願い致します。

去年のクリスマス、しろやぎさんのお部屋にもサンタクロースが来てくれたんです! お部屋にそっと置いてあった「おめでとう」の絵本と積み木のプレゼント。

サンタクロースさんありがとう!

さっそく、お部屋に来てくれたお友達と遊びました。おめでとうの絵本はとっても気に入って何度も何度も、だあ〜れだ!とお面をめぐって、どんな動物が出てくるかわくわくしています。



うさぎダルマのお面を一緒に作って、だあ〜れだ!ばあ!ととっても可愛い姿を見ることができました!

今月の遊び紹介

お正月によく遊んだ昔遊びのひとつ、コマ。今回はかわりコマを作りました、ペットボトルキャップでつくるコマとCD-R(データ管理用)でつくる、キラキラコマです。

【材料】

ペットボトルキャップ、ビー玉、串、カラーマジックペン、CD-R

ペットボトルキャップコマは、キャップの真ん中に穴を開けて、そこに適当な長さのカットした串を刺した簡単なものです。

キラキラコマは、CD-Rのキラキラした面にマジックで模様を書いて、ペットボトルのキャップをCDの中心にボンド等で貼り付けて、反対面の中央にビー玉をボンド等で付けていきます。

しっかりくっついたら、キラキラした面の方に付けたキャップをつまんで回すとキラキラコマが綺麗にクルクル回ります。

それぞれコマの周り方が違って変化があります。楽しいよ! やってみてね。



那珂キッズクリニック小児科のホームページはこちら→



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ボシエット

Tel: 029-212-5630