

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ェット

2019年2月 NO.31

立春も過ぎて、もうすぐバレンタインデー。暦の上では春ですね。とはいえ、まだまだ寒い日が続いています。年末から流行していたインフルエンザA(H1N1)pdm09に加えて、A香港型(H3N2)の検出が増えています。

インフルエンザの予防は、

- 1) 適切な時期にきちんとワクチン、みんなでね！
- 2) マスク（お鼻までしっかりカバー！）
- 3) きちんと手洗い！ この3点です。



花粉症

【そろそろ花粉症対策を始めましょう】

春は花粉症の方にとっては困った時期です。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)から第2世代抗ヒスタミン剤などの内服を開始すると、急な症状の増悪を抑制することができますとされています。

昨シーズン、ず〜とお薬による治療を必要とされていたお子さんは、特に風の強い日などは外での活動を避けることが大切です。

屋外から屋内に入る度に顔や手を洗って花粉を目や鼻に入れないようにするだけではなく、眼鏡やマスクを使用するなど、ひとり一人の状況や年齢、症状に応じた個別の対策をご相談ください。(保育施設において特別な配慮や管理が必要な花粉症のお子さんには『(保育所における)アレルギー疾患生活管理指導表』を作成して、園での屋外活動の制限が指示される場合があります。)



【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。

(雨の日や雪の日や朝起床時に症状が酷い場合は花粉症ではなく、ダニやハウスダストのアレルギーや、感冒・感染症(メタニューモウイルス etc.)の可能性を疑います。)

【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。)
- 屋外での活動をできるだけ必要最低限にしましょう。
- 屋外から屋内に入るたびに上着を脱いで、手と顔を洗います。
- 髪の毛の長いお子さんは、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はい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】

小児でも舌下免疫療法 ミティキュア・シダキュアの処方が始まりました。対象は5歳以上で、ダニ抗原によるアレルギー性鼻炎(ミティキュア)、スギ花粉(シダキュア)の方です。治療には最低3年間以上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分経過した後にごっくんと飲み込みます。)

※なお、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治療を開始することができませんので、花粉の季節が終わった後にお薬の使用を始めます。



流行状況(2019 1/1~1/31 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	133	101	138	83
RSウイルス			8	
アデノウイルス			1	
水痘		3	1	2
インフルエンザA	64	75	63	55
インフルエンザB	1			
ノロウイルス	1		2	
伝染性紅斑(りんご病)		3	1	2

しろやぎさんのポシェットの看護師さん

しろやぎさんのポシェットには工作が得意な看護師さんがいて、皆と一緒に遊んでくれます！

今日は絵本「てぶくろ」のミニ劇場を開催してくれました。お話しが進むにつれて登場する動物たちが手袋の中に次々と入っていき、…木製パズルの手袋が完成していきました。子ども達も保育士さんも目が釘付け！ミニ劇場が終わると、早速みんなで手袋を作ったごっこ遊びが始まりました。



そんな看護師さんですから、こども達のお薬タイムも大活躍！お薬が得意じゃないお子さんも上手に誘ってくれて、上手く飲めた後にはたくさん誉めてくれて！子ども達も満面の笑顔で、安心して保育室で過ごせるのです。

今月の遊び紹介

ハンカチ作り

まる・さんかく・しかくの消しゴムはんこ。どんどん押ししていくと…何に見えるかな？

人、車、星、動物、花…カタチを組み合わせるといろんなものに大変身！みんな夢中で、ぺたぺたぺたぺた。

布用のスタンプインクでガーゼハンカチに押ししたはんこはアイロンを15秒かけると洗濯しても色落ちしません。

オリジナルハンカチの完成です。



「学校で使おうっと！」「ママへのおみやげにする」とみんなで大盛り上がりです。

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ポシェット Tel: 090-2542-5630