



朝夕と肌寒く感じられるようになりました！これから風邪を始め病気が気になる時期になりますね。インフルエンザの予防接種もはじまりました！

今回は「子ども(乳幼児)が罹りやすい病気や、その対応・・・日頃より気にかけてたい事」をまとめてみました。参考にして下さい。



## <知っておこう！ 1>

### ・ウイルスと細菌の違い

#### ◎ウイルス

電子顕微鏡で使わないと見えないくらい小さく、10万～100万分の数mmくらいです。ウイルスは自分で細胞をもたず、ほかの生きている細胞に入り込んで、その細胞の機能を奪い、増殖していきます。ウイルスはもともと細胞を持たないので、細胞を退治する働きの**抗菌剤(抗生物質)**は、**ウイルスには効き目がありません。**

#### ◎細菌

大きさは1000分の1mmくらいで、顕微鏡でみることができます。細菌は自分で細胞を持っているため、細胞分裂をしながら自力で増殖していきます。細菌に対しては、細胞を退治する働きの**抗菌剤(抗生物質)**が**有効に働きます。**

## <知っておこう！ 2>

### ・抗菌薬(抗生物質)と対処療法として出される薬

#### ◎抗菌剤(抗生物質・抗生剤)

細菌などに直接効く薬で、細菌などに感染している場合には有効な薬です。(但し、ウイルスには無効)。抗菌薬は途中で止めてしまうと、細菌などが体内に残っていて再発してしまう事があります。症状がおさまっても、処方されたら最後まで飲みきりましょう！

◎**対処療法として出される薬**は、咳を和らげたり(鎮咳薬)、痰を出しやすくする薬(去痰薬)するなど、一時的に症状をやわらげたる目的で処方されます。咳や痰などの症状がおさまれば、そこで服用を中止してもかまいません。

## <知っておこう 3>

### ・気をつけたい便の色

#### ◎赤い便

便に血液が混じって赤くなることがあります。腸管出血大腸菌感染症(O-157など)腸重積症(腸の一部が腸にもぐりこみ、腸閉塞をおこす)などの場合、血便がでることがあります。下痢便の中に線や点で混じったり、全体的に赤くなったりします。また赤い血液がつくということは、肛門近くで出血していることを意味します。但し、トマト、スイカなどを食べた後に赤い物が混じる場合は心配ありません。

#### ◎黒い便

胃や腸の上部などから出血していると、便として出てくるまでに時間がかかるため、血液が酸化して黒い色になります。黒いタールのような便が出る時は要注意です。

#### ◎白い便

便の色素成分であるビリルビンがなくなったり、脂肪分が分解されなかったりすると、白い便になることがあります。胆道閉鎖症の場合、白い便がでます。ロタウイルスに感染した場合も、白い便が出ます。この時はクリーム色かかった白っぽい便がでます。全身状態もよく、元気で食欲もあり、単に全体的に色素が弱いだけであれば心配ありません。



## <子どもがかかりやすい 病気>



### <ウイルス性感染症 >

#### ・突発性発疹 【発熱 発疹】

突然39℃～40℃の高熱を出し、2～3日で解熱すると同時に細かい発疹が体幹を中心にでます。かゆみはありません。高熱のわりに機嫌はわるくなく、解熱して発疹が出始めてから下痢がおこることがあります。

#### ・麻疹(はしか) 【発熱 発疹 咳 目の充血 コプリック斑 予防接種(MR)】

39℃前後の高熱を出し、咳、くしゃみ、鼻水の他目の充血や目やにもみられます。3～4日すると頬の内側の粘膜に小さな白いブツブツ(コプリック斑)が数個～数十個あらわれます。同時に赤い発疹が顔、首などに出始め、体幹から手足に広がり、さらに発疹がくっついて大きな斑点状になります。発病後7～10日経つと解熱し、発疹も褐色になって回復します。気管支炎・肺炎、脳炎などの合併症を引き起こすこともあります。予防接種が有効で、風しんと混合ワクチンのMRワクチンを1歳と小学校就学前の2回接種します。予防接種前に発症者と接触した場合、72時間以内であればワクチンを接種することで発病を予防したり、症状を軽くしたりする事ができます。(生後9ヶ月以上に限ります)。

#### ・風疹 (3日ばしか) 【発熱 発疹 リンパ腺の腫れ 予防接種MR】

麻疹ほど重症にはならず、熱も発疹も3～4日で治るため三日ばしかとも呼ばれています。38℃前後の発熱と同時に発疹がでて、頸部リンパ腺が腫れます。妊娠初期に感染すると、胎児が難聴、白内障、心疾患などを伴う先天性風疹群を発症する可能性があるため、妊娠中の方は気をつけて下さい。予防接種は麻疹との混合ワクチンMRがあります。(1歳と小学校就学前の2回です)

#### ・水痘 (水ぼうそう) 【発熱 発疹 水疱 かゆみ 予防接種 水痘ワクチン】

始めは赤い発疹が出て、半日～2日ほどで全身に広がります。次第にかゆみの強い水疱に変わりやがて黒いかさぶたになります(痂皮化:かひか)。赤い発疹、水痘、かさぶたが同時期に見られるのが特徴です。治ったあとも水痘・带状疱疹ウイルスは体内で生きていて、抵抗力が落ちた時に神経に沿って激しい痛みを感じる带状疱疹が現れることがあります。

昨年より予防接種は無料となりました。

#### ・流行性耳下腺炎(おたふく風邪)【発熱 耳下の腫れ 予防接種:任意】

片側か両側の耳下が腫れて、38℃前後の熱がでます。嚙下腺や舌下腺が腫れる事もあります。腫れた部分はややかたくなり、痛みがあります。2～3日がピークで、1週間～10日で治ります。成長してから感染すると精巣炎や卵巣炎などをおこす事があります。

#### ・インフルエンザ 【発熱 咳 鼻水 予防接種:任意】

突然高熱が出て、3～4日続きます。咳、鼻水、関節痛、筋肉痛などがあらわれます。インフルエンザウイルスはA、B、C型がありますが、通常毎年世界的に大流行するのは、A型とB型です。ウイルスが突然変異を起こしやすく、1度かかって体内に抗体ができて、変異したウイルスには対応できないため毎年流行を繰り返します。気管支炎や肺炎などの合併症を伴いやすく、脳症を合併すると死亡率も高く悪化した時はもう一度受診した方が良いでしょう。インフルエンザウイルスに対しては抗ウイルス薬<タミフル、リレンザ、イナビル、ラピアクタ>が有効です。予防接種は任意接種ですが、罹患した場合の重症化を防止する効果があるとされているので、受けておいた方が良いでしょう。

#### ・RSウイルス感染症 【発熱 ・ 咳 ・ 鼻水】

最初は軽い風邪症状ですが、2～3日すると激しい咳き込み、ゼーゼーという喘鳴が聞こえるようになります。重症になると呼吸困難を起す時もあります。2歳以下の乳児に多く、月齢が低いほど重症になりやすい傾向があります。



・急性上気道炎（かぜ症候群） 【発熱・咳・鼻水】

ほとんどはウイルスが原因です。ウイルスが鼻やのどの粘膜から侵入し、鼻水、鼻づまり、咳、発熱他、下痢、嘔吐などの症状があらわれることもあります。ほとんどのウイルスには特効薬がないため、咳、鼻水、発熱などの症状をやわらげる対症療法が中心となります。肺炎などの合併症を予防するために抗菌薬が処方されることもあります。水分を十分取り、休養する事が大切です。



<細菌性感染症>

・溶連菌感染症 【発熱・発疹・のどの痛み・いちご状舌】

39℃前後の急な高熱が出て、のどの炎症を起し、強い痛みを感じます。舌がいちごのように赤くなりブツブツいちご状舌がみられ、全身に赤い細かい発疹がでます。以前は「猩紅熱」と呼ばれ、重大な感染症でしたが出来るたが、現在は 鼻やのどの粘膜を取って迅速に診断できるようになり、抗菌薬をきちんと飲みきること治療しやすくなりました。ただし急性腎炎やリウマチ熱を合併することがあるので、念のため1～2週間後に尿検査をする方が良いとされています。

・マイコプラズマ肺炎 【発熱・咳】

マイコプラズマという病原体によって感染します。潜伏期間は2～3週間です。熱、咳が出ますが、解熱しても咳は比較的長く続きます。乳児にはあまりみられません、全身症状は比較的軽いのも特徴です。

・急性中耳炎 【発熱・耳だれ・鼻水】

鼻やのどについたウイルスや細菌が、鼓膜に内側の中耳と呼ばれる場所に感染して炎症がおきます。上気道炎がきっかけで中耳炎を起すことも多くあります。発熱、耳の痛み、耳だれなどの症状がみられます。言葉が未熟な乳児などは、うまく訴えられないので、耳を触ったり、頭を振ったりすることもあります。

・滲出性中耳炎 【難聴・鼻水】

鼓膜内側に液がたまって、耳の聞こえが悪くなります。後ろから読んでも振り向かない場合は、聞こえていない可能性があります。症状が進むと治りにくくなるので、早目に受診します。鼻をすすることは症状をながびかせるので注意します。

<病気かどうか知る上でも、普段のお子さんの様子を知っておきましょう>

◎平熱は？ 乳児ですと気温に左右される場合があります。一般的には37.5℃を超えると発熱といえます。

正常体温: 乳児 36.0～37.0℃ 幼児 36.0～37.4℃

脈拍数: 1分間で 乳児 120～140 幼児 80～120

呼吸数: 1分間 乳児 30～40 幼児 20～30

発熱や運動後、泣いたり回数が増える！

◎罹った病気（感染症）を記録しておきましょう（母子手帳など）  
また、受けた予防接種も記録しておきましょう！

