



インフルエンザについて

医師 桑原 浩徳

ぐっと気温が下がり、地域によってはインフルエンザが流行しているという話も出てきました。特に子どもの健康にとっては、毎年厄介な、しかし避けては通れない問題となるインフルエンザです。予防、診断、治療など、今年もおさらいしておきましょう。

◆インフルエンザとは？

主に冬に流行する風邪症候群(ウイルス性上気道炎)の一つです。インフルエンザウイルスによって引き起こされ、急な発熱、悪寒・戦慄、関節痛、全身倦怠感などが主な症状です。症状のピークは発症から1-3日、約1週間で自然に軽快します。ウイルスの感染力が非常に強く、流行しやすいのが特徴です。

◆合併症について

脳症や肺炎が知られています。脳症については発症が急激であり、発熱直後のけいれんや意識障害、頻回の嘔吐などをきたす場合は注意が必要です。ただし、これらの合併症を起こすことはまれであり、必要以上に怖がる事はありません。

◆検査について

典型的な症状をきたしている場合は、インフルエンザウイルスの迅速検査を受けることができます。この検査は発熱から12時間以内では診断精度が低い為、状態が悪くなければ一晩様子を見てから検査を受けることをお勧めします。

◆治療について

風邪症候群の一つなので、安静と水分補給、保温が基本です。昔は治療薬もなく、ほとんどの人が解熱剤などを使用しながら自然に治っていきました。現在は、診断がつけば希望により抗インフルエンザ薬の処方を受けることができます。散剤、吸入薬による治療が中心です。

必ず必要と言うわけではありませんが、これらの薬剤により発熱期間の短縮が期待できます。

◆予防について

インフルエンザはくしゃみや咳により空気中に排出されたウイルスを、他の人が吸い込むことによって感染します(飛沫感染)。インフルエンザに罹った人が、外出や登校・登園を制限されるのは、このような経路で感染が拡大するのを防ぐためです。インフルエンザに罹っていない人は、手洗い、うがい、マスク着用や人込みを避けることが重要です。

◆予防接種について

インフルエンザのワクチンは、世界の流行の状況から、その年に流行するインフルエンザのタイプを予想し、それに合わせたワクチンが医療機関に配布されます。そのため、予想と違うタイプのインフルエンザウイルスが流行した場合、発症予防効果が落ちる可能性があります。また2歳以下の子どもに対しては、ワクチン自体の発症予防効果について、詳しいデータがありません。

しかし、ワクチン接種によりインフルエンザに罹った場合の症状を軽減する効果が認められています。また集団で予防接種を行うことにより、ワクチンの効果が弱い2歳以下の子どもや、ワクチン接種対象外である6カ月未満の乳児などがインフルエンザに罹りにくくなることが証明されています(集団免疫効果)。これらの観点から、当院では子どもだけでなく、大人へも積極的にインフルエンザ予防接種を勧めています。



※咳エチケットにご協力を！！

- ・くしゃみや咳は手やハンカチなどで周囲へ飛び散らさないようにしましょう。
- ・くしゃみや咳、鼻水が出るヒトはマスクを常時着用するように心がけましょう。



☆インフルエンザ予防接種予約受付中です。
完全予約制ですので必ずお電話でご予約下さい。
☎097-567-0050 (代表)

☆皮ふ科の診療時間が増えました。
11月より毎週金曜日の午後も診療を始めました。
今まで通り月～土曜日は午前中、火・金曜は午後も診療しております。



吐き気止めについて



●吐き気止めの特徴

子どもの嘔吐・下痢の原因は大部分が感染性胃腸炎です。中でもウイルス感染が多く、次に細菌感染となります。ウイルスが胃腸に入り込んで、胃腸の動きを悪くするために、嘔吐したり、下痢をしたりします。

お子さんが嘔吐すると脱水症が心配になったり、お子さんが水分を欲しがるので、つい、嘔吐した直後でも水分を与えたいのが親心です。しかし、胃腸の受け皿が小さくなっている状態では水分を摂取しても受け皿からあふれるように嘔吐してしまいます。そこで、吐気や嘔吐を止めるために吐き止めを使用します。

●吐き気止めの種類

・吐き気止めには、内服薬（飲み薬）と坐剤があります。内服薬（飲み薬）には、シロップ、こな薬、錠剤（粒）があります。嘔吐が強い時は、坐剤を使用します。

●吐き気止めの使い方

・嘔吐した場合は、吐き気止めの坐剤を使って30分から1時間は飲んだり食べたりしないで胃腸を休めてください。坐剤の使用は1日に2回までです。30分以上嘔吐がなければ水分補給を次のように開始します。

●水分補給の仕方

・市販のスポーツドリンクは、電解質の中のナトリウムの濃度が低く、糖質濃度が高すぎます。できるだけ乳幼児イオン飲料（アクアライトなど）・OS1 を飲ませてあげると良いでしょう。

柑橘系は嘔吐の引き金になることがあるので避けましょう。

・嘔吐の症状が強いときは、絶食期間を作ると症状が軽くなることがありますが、絶食時間は数時間として継続的に水分と電解質の補給をめざす必要があります。

・嘔吐があっても、乳幼児イオン飲料を少しずつゆっくりと与えることで、改善することがあります。1さじずつ数分おきに与えて吐気がないかを見てから増量していきます。急に増やしたりせずに、20～30ml 程度を増やすとよいです。

・吐気なくなれば、脂肪分・繊維分の多いものを除きできるだけ早く食事を再開しましょう。

・食欲が出てきたら、腸を刺激しない消化のよいものをあげましょう。詳しいことは当院のリーフレット《下痢と嘔吐の時の食事療法》に記載されております。

今回から、子どもさんの病気やけがの家庭での対応について、ご家族からの質問が多いことから優先してシリーズでお伝えしていきます。シリーズ3では〈吐き気止めについて〉、シリーズ4では〈けいれん予防薬〉を予定しています。

年末年始休診のお知らせ

12/30（火）午後～1/4（日）

休診期間中も救急の患者様には対応いたします。受診される際はお電話を下さい。

☎097-567-2311（救急）



1月の専門外来休診日

【外科休診】15（木）、31（土）

【外科午前休診】23（金）

【外科午後休診】7（水）、20（火）

26（月）、29（木）、30（金）

※急遽日程が変更になることがありますので、随時お問い合わせください。



1月専門外来の日程

循環器外来 10（土）

腎外来 17（土）

内分泌外来 17（土）、22（木）

泌尿器外来 17（土）

※完全予約制になります。ご希望の方はお電話でお問い合わせください。



1月医師お休み予定

1	木		16	金	光武、坂口、久富（午前）、大野&松岡&桑原（午後）
2	金		17	土	松岡、荒木、神菌（午前）
3	土		18	日	
4	日		19	月	神菌、松岡、坂口、光武（午後）
5	月	坂口、光武、神菌&松岡（午後）	20	火	光武、桑原、大野&久富（午後）、荒木（午前）
6	火	松岡、阿部、久富（午前）	21	水	松岡、神菌、荒木&坂口（午後）
7	水	荒木、阿部（午後）、松岡（午前）、坂口	22	木	久富、桑門（午前）、桑原
8	木	光武、桑門、荒木、桑原、久富（午後）	23	金	坂口、大野、荒木、久富&松岡（午前）、神菌&阿部（午後）
9	金	久富、神菌、光武（午前）、大野&桑門&桑原（午後）	24	土	久富、坂口、神菌
10	土	松岡、光武&荒木（午前）	25	日	
11	日		26	月	松岡、大野（午後）、阿部
12	月		27	火	桑原、桑門&久富（午前）
13	火	桑原、桑門、久富（午後）	28	水	荒木、桑門&久富&坂口（午前）、桑原&阿部（午後）
14	水	坂口、桑原、光武（午前）、荒木（午後）	29	木	光武、大野（午後）、松岡（午前）、桑原
15	木	松岡、桑門、大野&阿部（午後）、坂口	30	金	坂口、神菌、光武、大野&阿部（午後）、久富（午前）
			31	土	大野、神菌、光武（午前）、荒木

※院長の予定は掲載しておりません。随時お問い合わせ下さい。

※業務の都合により休みが変更になることがあります。ご了承ください。