



# にこにこニュース

## 大分こども病院

2022・8月号 (No.388)

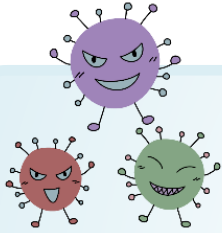


〒870-0943 大分県大分市片島 83-7  
https://www.oita-kodomo.jp/

(代表) TEL097-567-0050

(救急) TEL097-567-2311

(Fax) TEL097-568-7057



## 夏にも流行?! RS ウイルス感染症



RS ウイルスとは、通常冬から初春にかけて毎年流行する呼吸器感染症の原因ウイルスです。しかし、ここ最近では夏にも流行するようになり、季節を問わず注意が必要です。生後1歳までに半数以上、2歳までにほとんどの子どもが感染します。しかし、一度感染しても一生の免疫が得られるわけではないため、繰り返し感染する可能性があります。大人も感染します。RS ウイルスは接触感染するので、鼻水や唾液（咳・くしゃみ）が付いている手指や物品（おもちゃ、コップ、手すり、ドアノブなど）を触ったり舐めたりすることで感染します。

### 【症状】

感染の初期には、発熱、鼻水、喉の痛みがみられ、1~3日後に咳が出るようになります。

成人や学童期の子どもなど多くは軽症で済みますが、一歳未満の乳児や基礎疾患をお持ちの方、アレルギー体質の方は重症化することもあり、ゼーゼーする喘鳴、呼吸困難と悪化して、細気管支炎や肺炎になることもあります。

### 【検査方法】

当院では、鼻咽頭ぬぐい液で迅速検査をしています。検査時間はおよそ5分です。

### 【治療と予防】

治療は対症療法が中心になります。解熱剤や、気管支を拡げる薬、痰を切りやすくする薬を使用したり、水分と栄養をとりながら、鼻水をこまめに吸引して回復を待ちます。

接触感染対策としては、流水・石鹸による手洗いか、アルコール製剤による手指衛生をしっかりと行います。

また、感染によって重症化するリスクの高い小児（早産児や生後24か月以下で心臓や肺、免疫不全などの基礎疾患がある小児）のみ、予防のためにパリーブスマブ(シナジス)という薬が使われています。

**以下の項目のどれかひとつでも当てはまる場合は  
休日や夜間など病院が開いていない時間でも  
遠慮なく受診してください!**

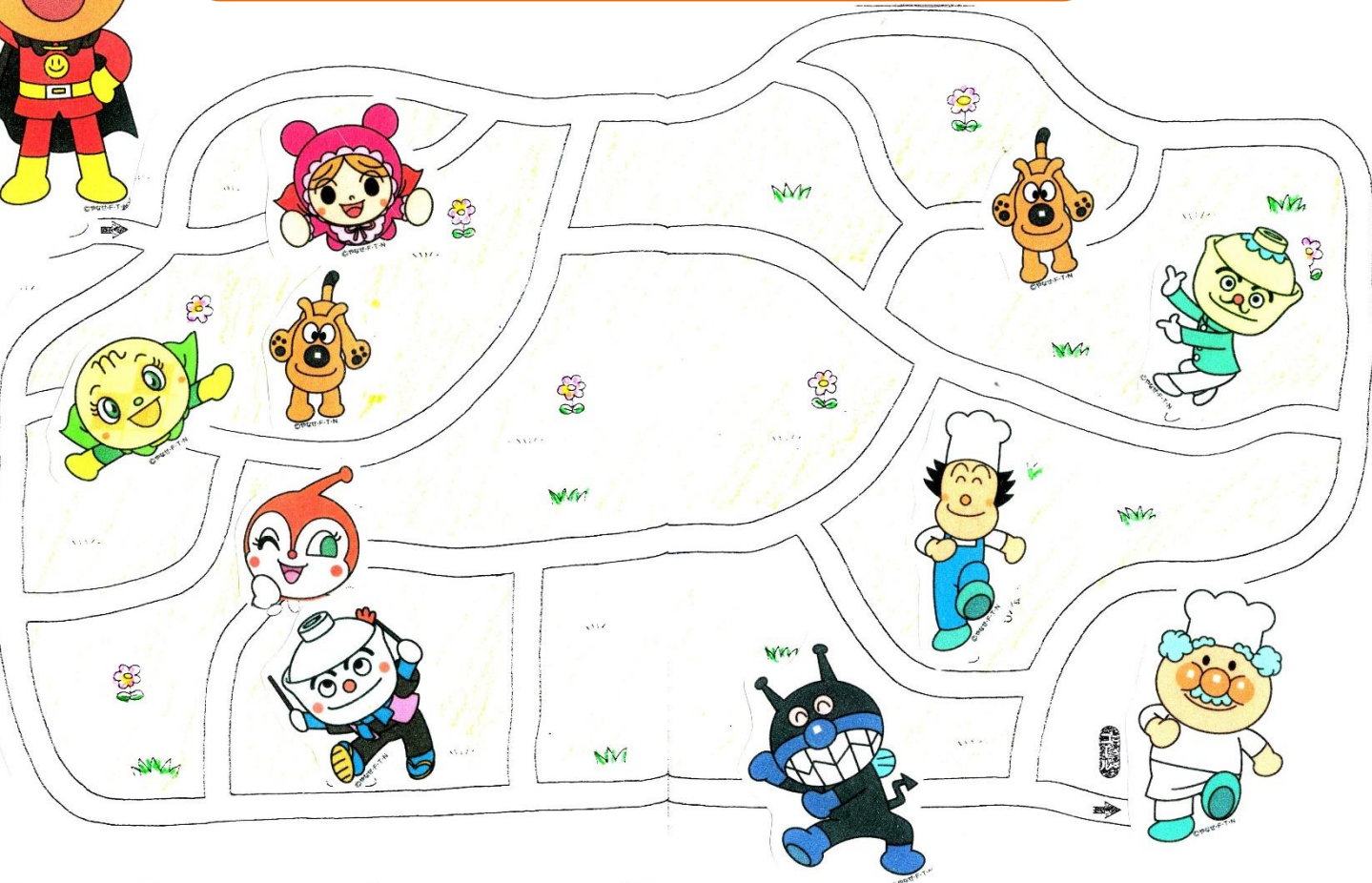
- \*呼吸に合わせて胸のところがべこべこしている
- \*顔色が悪い
- \*咳がひどくて寝れない
- \*全然哺乳(食事)ができない
- \*元気がなくてぐったりしている



# めいろであそぼう！



アンパンマンといっしょに  
ジャムおじさんのところに行ってみよう！



## のどが痛い時の食事のアドバイス

### 【のどに良い食べ物の3つの条件】

- ① のどを殺菌してくれるもの
- ② のどをさらに刺激しないもの
- ③ 冷た過ぎず、熱すぎないもの

のどが痛いときには、それぞれの病気に合った治療を行ったり、乾燥を防いだりする必要があります。あわせて食べ物や飲み物にも配慮することが大切です。

のどに刺激を与えない食べ物を選ぶときは、まず柔らかいものを選びましょう。プリン、茶碗蒸しのようなゲル状の食品や、うどんやお粥など、やわらかく煮た料理がおすすめです。

また、刺激の少ない水やお茶をこまめにとってのどを潤しましょう。

治療中に、体力を落とさずに過ごすためにもどうぞこちらをご参考になさって、お子様の好きなものを適切にあげてください。

### ～ たまごあんかけうどん ～

消化のよいうどんに、炎症を抑える長ねぎと体を温めるしょうがを加えています。のどにすると入るうどんがのどの痛みがある時の食事にぴったりです。

#### 《材料》

- ・うどん 1袋 ・卵 1個
- ・長ねぎ 1/3
- ・しょうが 1片
- ・めんつゆ 50ml
- ・片栗粉 大きじ1/2

#### 《作り方》

- ① 長ねぎは薄くスライスする。  
しょうがをすりおろしておく。
- ② 湯を沸かし、うどんをゆでる。  
湯切りをして丼に盛り付ける。
- ③ めんつゆを沸騰させ、長ねぎを入れて1分ほど煮立たせる。その後しょうがを入れて水溶き片栗粉を入れる。
- ④ めんつゆにとろみがついたら卵をいれる。  
卵が浮いてきたらざっと混ぜて、うどんの上にかける。