



## 水ぼうそうってどんな病気？



小児科医師：森島さくら

水ぼうそうとは、**水痘（すいとう）**は病名で、**水痘・帯状疱疹ウイルスによるウイルス感染**です。このウイルスに初めて感染すると**水ぼうそう**、以前感染したウイルスが体内で潜伏していて**免疫力が弱まった場合に再活性化すると帯状疱疹**として症状が出ます。

感染した人から**飛沫感染**（鼻や喉に存在するウイルスがくしゃみなどによって伝搬）と**接触感染**（感染者の水疱液に触れることによる伝搬）、**空気感染**（くしゃみなどによって出た飛沫が長時間に空間に浮遊し感染）で起こります。水痘にかかっている人からはもちろん、帯状疱疹にかかっている人からも感染します。

ウイルスに接触してから症状が出るまでに平均で14～16日かかると言われていて、**発疹が出始める48時間前からぶつぶつが完全に痂皮（かさぶた）化するまで感染力がある**と言われています。

### どんな症状が出るの？



**発熱、体のだるさ、咽頭炎（のどの風邪）**のような症状から始まり、その後24時間以内に**全身に水疱（水ぶくれのぶつぶつ）**が広がってきます。この水疱は**かゆみを伴って**おり、初期の発疹は虫刺されのような赤いぶつぶつだけの場合もあります。

4日以内に新しい水疱の形成は止まって、1～2週間かけて痂皮化していきます。

### 合併症は？



**皮膚感染症、脳炎、髄膜炎、肺炎**などを引き起こす可能性があります。**皮膚がじゅくじゅくしたり、頭痛・嘔吐**を伴う場合は**すぐに受診**する必要があります。

### 治療法は？



基本的には痒みと発熱のコントロールです。抗ウイルス薬があるため、**飲み薬（抗ウイルス薬や解熱剤、かゆみ止め）**や**塗り薬**を使う場合があります。免疫不全の方や赤ちゃんなどは点滴で治療をすることもあります。

### 最近流行っている手足口病との違いは？



手足口病は、基本的には**手足と口の周り、喉にブツブツができます**。（お尻やお腹にぶつぶつが広がる子もまれにいます）**手足口病は喉を痛がる**ことが多いため、それは一つの鑑別になります。それ以外に**お腹にまで水ぶくれが広がる場合は水ぼうそうを疑って受診**してください。

### いつから登園・登校ができますか？



すべての発疹が、かさぶたになったらOKです！

## ワクチンを接種しましょう

ワクチン接種を受けた場合、水ぼうそうにかかっても、**発熱しない、水疱の数が少ない、皮膚感染症、脳炎・髄膜炎・肺炎などの合併症になりにくい**というデータがあります。水ぼうそうは、**免疫不全の子ども達が罹患すると重症化する可能性が高い**ので、伝搬させないという意味でもワクチンは有効です。公費（無料）で1歳から接種でき、3か月後に2回目の接種を行うことで軽症の水痘も含めて発症を予防できると言われています。公費適用の条件は1歳～2歳までなので、**3歳の誕生日が来る前までに水痘ワクチンを2回接種**しましょう！





# 行事にちなんだ食事 ～1月の行事～



日本には季節の行事ごとに、**健康や長寿の願いが込められた特別な食事**があります。行事にちなんだ食事をするときは、「この料理には、こんな願いや知恵があるんだよ」とお子さんと話して、日本の食文化を伝えていきたいですね。

## 1月1日 お正月（お節料理）

昔は3月3日や5月5日のような五節句にお供えする料理のことを『おせち』と呼んでいましたが、今は年の初めを祝う正月料理のことを『おせち』といいます。  
何事も【初め】を大事にする日本では、元旦の朝は特別におめでたいもの。そのときに食べる物には、たくさんの願いが込められています。

- 数の子・いくら** …たくさんの卵から、子孫繁栄を願って。
- 栗きんとん** …黄金色から財宝を表し、金運や商売繁盛を願って。
- 黒豆** …一年中まめ（元気・勤勉）に働けますよという意味をこめて。
- 昆布巻き** …昆布の「こぶ」を「よろこぶ」にかけて。
- 紅白なます** …紅白のお祝いの水引を象り、おめでたい意味があります。
- れんこん** …穴があいた蓮根には、将来を見通せるようにとの意味が
- 海老** …腰が曲がるまで長生きを、と長寿を願って。
- 田作り（ごまめ）** …昔は稲を植えるときに田んぼに小イワシを細かく刻み灰に混ぜて肥料にしていました。豊作を願って。
- 橙（だいたい）** …代々繁栄するように。

## 1月7日 七草がゆ

七草（ななくさ）は、人日の節句（1月7日）の朝に、7種の野菜が入った粥を食べる風習のこと。  
春の七草、**セリ・なずな・ごぎょう・はこべら・ほとけのざ・すずな（カブ）・すずしろ（大根）**これら7種の野菜を刻んで入れたおかゆを七草がゆといい、一年の**無病息災を祈るもの**とされます。また、お節料理で疲れた胃を休め、野菜が乏しい冬場に不足しがちな**栄養素を補う**という効能もあります。

## 1月11日ごろ 鏡開き

お正月に供えた鏡もちを食べる祝いの行事です。  
鏡もちを食べるのは、歳神様にお供えしていた鏡もちをお下がりとして食べ、そのもちを食べた人は力を授けられると言い伝えられた事から、新しい年の**健康や発展や開運を願う**意味があります。



## 新型コロナウイルス検査

大分こども病院では、新型コロナウイルスの核酸検査と抗原検査を実施しています。

- ★鼻咽頭を綿棒でぬぐって検査します
- ★検査所要時間は核酸検査→約30分、抗原検査→約20分
- ★保険診療で検査代は公費の適用があります

**検査は随時実施しております。症状があり検査をご希望の方は、別室にご案内しますので電話でその旨をお伝えください。**  
なお、ただいま外来検査センターでのコロナ核酸検査は実施しておりません。ドライブスルー形式の検査が再開しましたら、お知らせします。HPから**WEB予約**をご利用ください。

## ももぞの小児科クリニック

診療受付時間		月	火	水	木	金	土
午前	9:00~12:00 11:45まで	○	○	○	○	○	○
午後	15:00~17:30	○	○	○	休診	○	○

- 予防接種【予約制】：月～土
- 乳児健診【予約制】：月・火・水・土 14:00～14:30
- 休診：木曜午後・日曜・祝日

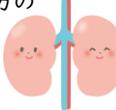
〒870-0135 大分市仲西町1丁目6-12  
TEL:097-551-3600

## ～ 専門外来受診方法 ～

当院は、小児科以外にも子どもの成長や日々の生活の中でケガや病気に対応できるよう、専門外来を設けています。専門外来についてのご相談などありましたら、近くのスタッフに声をおかけください。HPに1週間ごとの外来診療案内を掲載していますので、そちらもご確認ください。

**【完全予約制】** 当院に直接連絡し、予約してください。

**【電話での予約も可能】** 皮膚科・小児外科の受診は、直接のご来院でも対応可能です（ご予約の方が優先となりますのでご了承ください）

<p><b>皮膚科</b> 月～金曜日：午前 月・火・金曜日：午後 【電話での予約も可能】</p> <p>大人の診察もおこないます。 皮膚の病気や傷（やけど・切り傷など）の治療、アレルギー、皮膚炎を中心に診察しています。 大人の方へは美容外来も行っています。</p> 	<p><b>腎臓外来</b> 毎週水曜日：午後 【完全予約制】</p> <p>尿路感染症を繰り返す方や腎臓疾患の方の診察を行っています。</p> 	<p><b>アレルギー外来</b> 受診を希望される方はお問い合わせください 【完全予約制】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>●喘息の管理がうまくいかず日常生活に支障をきたしている</li> <li>●食物アレルギーがあるため食事制限があり給食などで困っている</li> <li>●その他アレルギー症状で困っている</li> </ul> <p>お子さまを対象に長期的な診療を行います。</p> 
<p><b>小児外科</b> 毎週金曜日：午後 【電話での予約も可能】</p> <p>消化器を中心とした外科的疾患の診療を行っています。 また、臍ヘルニアや鼠径ヘルニアなどの診療もおこないます。</p> 	<p><b>神経外来</b> 毎週木曜日：午後 【完全予約制】</p> <p>成長・発達の遅れが中心です。 けいれん（てんかん等）をはじめとする小児神経疾患のフォローアップと、必要に応じて脳波検査などを行っています。</p> 	<p><b>内分泌外来</b> 月に2回（木曜日） 【完全予約制】</p> <p>低身長などの内分泌系の疾患の診察を行っています。</p> 