



# 通信

みんなをつなぐ情報誌

2018年2月1日 No. 268

## 編集・発行/いむた小児科

〒830-0037 久留米市諏訪野町 2284

☎ 0942-30-7611 fax 0942-30-7612

### CONTENTS

- ☆咳の様子に注意しよう
- ☆花粉の飛散が始まるよ
- ☆野外で遊ぼう(吉野ヶ里歴史公園)
- ☆今月の診療予定/予防接種
- ホームページ:<http://www.imuta.com>
- メール:[office@imuta.com](mailto:office@imuta.com)

## (2月のカレンダー)

日	月	火	水	木	金	土
				1 ★	2 BCG	3
4 休	5	6 ★	7 ★	8 ★	9 BCG	10
11 休	12 休	13 ★	14 ★	15 ★	16 BCG	17
18 休	19	20 ★	21 ★	22 ★	23 BCG	24 健
25 休	26	27 ★	28 ★			

★印(予防接種・乳幼児健診)



## 今月のお知らせ

- ◆1月後半からインフルエンザの流行が拡大しています。症状が出た人は早めの受診で対処してください。
- ◆乳幼児健診は不定期ですが土曜日にも実施しています。今月は24日(土曜)に予定していますので、ご希望の方はお問い合わせください。

### 予防接種・健診

ロタウイルス  
ワクチン

乳幼児に嘔吐下痢症を引き起こす白色下痢症(今はロタウイルス胃腸炎)に対するワクチンです。重症化すると脱水症や脳炎・神経系の後遺症が心配されます。現在は任意接種(自費)ですが、乳幼児はワクチンで備えることが望まれます。

### 今日の当番医

- 4日/福田こどもクリニック(宮の陣)
- 11日/はるこどもクリニック(新台川)
- 12日/本間小児科医院(城南)
- 18日/長井小児科(天神)
- 25日/井上医院(櫛原)

(夜間休日:聖マリア病院)

#8000 (小児救急医療電話相談)

### 咳の様子に注意しよう

冬場は呼吸器疾患が多い時期です。とくに小さいお子さんは肺機能や筋力が未熟なため、症状次第では呼吸困難に陥ることもあります。この時期はお子さんの咳の様子に注意しましょう。

咳が出るのは体が異変を感じて、痰などを体外に出す生理作用のひとつです。咳が出たら咳止めを飲ませて一件落着とせず、いつからどのような咳が出たか、熱やその他の症状は何かなどを観察してください。

寒い時期の咳の原因はウイルス性によるものが最も多く、風邪症候群、インフルエンザ、肺炎、百日咳など。その他、咽頭炎、気管支炎、気管支異物なども激しい咳が伴います。また、咳は激しくなくとも顔色が青い、呼吸が荒く肩で呼吸をしている、息をする度にゼーゼーヒューヒュー

### うがいと手洗い

病気(感染症)を引起す主な原因は細菌やウイルスですが、これらの大半は口や鼻から進入します。そのため、手や喉に付着した細菌やウイルスを「うがいや手洗い」で洗い流すのは最も簡単で有効な予防法なのです。

外から帰ったときや食事の前、喉に違和感があるときは手洗いとうがいを行ないましょう。うがいはコップ一杯を三回に分けて口に含みます。一回目は口をすすぐ。二回目と三回目は上を向いて、喉の奥までうがい液が届くように「あ〜」と声を出して洗います。喉の粘膜を傷めないように一日三〜四回程程度がおすすめです。



などがあれば呼吸困難が疑われますので、急いで受診してください。

### 咳の様子と

#### 疑われる病気

- ◆38℃以上の熱と嘔吐、激しい咳が伴うならインフルエンザの疑い。
- ◆風邪症状でヒューヒュー音がする場合は、急性肺炎や細気管支炎が疑われる
- ◆コンコンと乾いた咳なら咽頭炎(クループ)など。
- ◆しつこく咳が続くなら、百日咳、マイコプラズマ肺炎など。
- ◆夜間や明け方に咳が出るなら、気管支喘息や気管支炎の疑い。

### 咳が止まらない

#### ときの対処法

横になった状態だと呼吸が苦しくなり咳が出やすくなります。背中にクッションを置いて上体を起こしましょう。空気の乾燥はウイルスの好む環境です。室内は適度に加湿してください。また、タバコの煙やホコリ(ペット等)は禁物。症状が回復するまでは室内環境を清潔に保つ工夫をしてください。



## INFORMATION

### いむた小児科

院長 伊牟田富佐恵  
(小児科専門医認定医)  
診療時間:月曜~土曜  
8:30~12:30、14:00~18:00  
※但し、予防接種のある日は午後3時頃からの診療です。  
休診日:日曜・祝祭日



☆予防接種(予約制)  
毎週、火・水・木・金  
(14:00~15:00に実施)

☆乳幼児健診(予約制)  
毎週、火・水・木  
(午前と午後実施)

予約の受付  
診療時間内にお電話ください