

かわむら **こども** クリニックNEWS

Volume 24 No 8

277号

平成28年 8月 6日

かわむらこどもクリニック 022-271-5255

HOME PAGE <http://www.kodomo-clinic.or.jp/>

蚊にご用心!

市民医学講座 院長

突然ですが、「市民医学講座」を知っていますか?

市民医学講座は、仙台市医師会・仙台市・仙台市医療センター・仙台市救急医療事業団の共催により開催している市民向け講座です。

原則として毎月第3木曜日 13:30 から仙台市急患センター 2F ホールで開催しています。様々な領域の専門家から病気の現状、原因、治療、問題点の解説後、質疑応答の時間も準備されています。

さて前置きが長くなりましたが、7月の市民医学講座は「蚊にご用心! ~ジカ熱やデング熱にかからないために~」のテーマで開催されました。講師は東北大学総合感染症学の吉田真紀子先生が担当し、司会は院長が務めました。ジカ熱とデング熱の話だったので、この機会に少し新しい情報を加えて紹介しましょう。

ジカ熱を引き起こすジカウイルスは、1947年にウガンダの“ジカの森”のアカゲザルから発見されました。日本人の患者も10名いましたが、全て海外での感染です。ネッタイシマカとヒトスジシマカによって媒介され、通常は人から人への感染はないと考えられていました。しかしながら精液からウイルスが検出され、性行為から感染する可能性も示されています。症状は比較的軽いことが多く、軽度の発熱、発疹、結膜炎、関節痛、筋肉痛、倦怠感、頭痛などです。ジカウイルスに感染しても症状が出るのは20%程度、残りの80%では症状が出ない(不顕性感染)といわれています。しかし、感染した母親から生まれた児が小頭症になることが問題となっています。そのような状況の中WHOは、“妊婦はジカウイルス感染症が発生している地域への渡航をしないよう勧告される。ジカウイルス感染症が発生している地域に住んでいる又は渡航するパートナーのいる妊婦は、妊娠期間中は、安全な性行為を確保するか性行為を控える。”と勧告しました。

さて、デング熱はどうでしょう。2014年代々木公園を中心に162名の感染者が出たことは、記憶に新しいことです。デング熱もネッタイシマカとヒトスジシマカによって媒介されますが、現時点では人から人への感染はないとされています。症状は高熱(38.5℃以上)、頭痛、関節痛、筋肉痛、発疹などの症状で、ジカ熱よりも重症とされています。もう一つの病型にデング出血熱があり、より重症で時には死に至る場合も

あります。フィリピン滞在中に発熱等の症状があった30歳代女性がデング出血熱を発症し、7月中旬にショック状態で入院後死亡したことはご存知でしょう。デング熱は海外での感染者は毎年150名を超えていますが、デング出血熱での死亡は2005年以来で極めて希なケースです。

こうなってくると日本での流行が心配になります。しかしながら現在の状況では、海外で感染し日本に持ち込まれているという状況です。リオオリンピックに伴いマスコミを騒がせていますが、むしろ東南アジアが問題となります。なぜならブラジルと比べ、アジアは手軽に行き来できる場所だからです。そしてネッタイシマカは日本にはいませんが、ヒトスジシマカは仙台でも確認されています。ということはジカ熱も国内に入ってくる可能性は低いながらもあるのです。

さてこれからが一番大事な予防策です。基本は蚊にさされないことです。そのためには、流行地には行かない。屋外ではできるだけ肌を露出しない。屋外では虫除けを使うことです。もう一つは蚊を発生させない。ちょっとした水があれば、蚊が発生します。そして蚊の生態を理解することも必要です。媒介をしないアカイエカは家蚊とよばれ家の中で夕方から夜間に活動します。媒介するヒトスジシマカはヤブ蚊とよばれ草むらで昼から夕方に活動します。この違いも覚えておきましょう。もうひとつ周囲の環境から水がたまる場所をなくすることが重要です。空缶やペットボトル、バケツ、植木鉢の受け皿、使っていない飼育ケース、タイヤ、詰まった側溝等が要注意です。身の回りを見渡して、蚊の繁殖する場所をなくしましょう。

こうやってジカ熱やデング熱を説明すると、悪い部分のみ頭に残って、きっと怖いという想いに駆られるかもしれません。でも特別なことを考えなくても大丈夫です。普通の生活をして、注意点を守っていれば心配はないのですから。

さて皆さんどうでしたか。まるで「市民医学講座」に参加した気分になったでしょう。

仙台市医師会では、「市民医学講座」以外にも、広報誌「てとてとて」、ケーブルテレビ「家庭の医学」など市民の方々に役立つ取り組みを行っています。「市民医学講座」は成人特に高齢者を対象にした講演が多いのですが、2年前から「こども医学講座」を開催し子どもたちと保護者に役立つ内容になっています。後日、あたためて紹介しますが、今年は12月17日(土)開催予定です。奮って参加してください。



8月のお知らせ

- 北部急病診療所当番
11日(祝) 9:45~17:00
上手にご利用ください。
- 栄養育児相談
10、24日(水) 13:30
栄養士担当 参加無料



『がんばろう! 熊本 がんばろう! 日本』
“みんなでやれば、大きな力に”

読者の広場

先月は患者専用アドレス開始以来始めて1通もありませんでした。かなりショックかと心配しているかもしれませんが、さほどでもありません。先月も書きましたが、クリニックF.Bページにもコメントがたくさん寄せられています。F.B.は誰でも読めますので、是非ご覧ください。あまりにネタがないと淋しいので、6月に寄せられた園医をしている保育園からの相談と回答を載せます。「いつもお世話になっております。今回は、保護者の方から寄せられた「育児で困っていること」のアンケートの中で、回答に悩んだものがありましたのでご相談のメールをさせて頂きました。質問の内容は、「夜驚症について」です。夜中に突然に叫ぶことが多く、悩んでいらつしゃるようで、対応方法があれば教えて欲しいという内容でした。お母さま自身の疲れもあるようです。ご家庭では、「なるべく日中刺激を与えないようにしている」とのことです。ちなみに、川村先生のところも受診しているお子さんなので、何かの機会にご相談もあるかもしれません。お忙しいところ恐れ入りますが、ご助言があれば頂きたいです。園医と保育園のこんな関係も本当は大切で、しっかり返事しておきました。こんな時うまく利用して欲しいのがブログ「こどもクリニック四方山話」で、『夜驚症』も載っています。参考までにQ&Aを紹介します。



Q：夜中におびえて泣きさわぎます（3歳）

A：夜驚症（やきょうしょう）かもしれません。

夜驚症とは、夜、睡眠中に突然声を出す、さわぐ、起き上がるなどの行為をし、程度が強いと歩き回るなどの夢遊病の状態になるものです。神経質な子どもが、寝る前やその日に興奮したことがあったときに起こりやすく、一度起こると何日か続く傾向があります。夢を見ていることが原因で、反応が強いというだけで、将来的に影響はないと考えられています。このような睡眠中に起こる現象の多くは、幼児期には無くなります。

お母さんは、怖がっていても翌日には記憶が残っていないため、本人が苦痛を感じていないことを理解してあげることです。寝る前に興奮させることや過度の飲食を避けて、ようすをみていけばよいと思います。どうしても心配なときは、小児科で一度相談してみてください。

(*）夜驚症自体は脳の未熟性によるもので、病気と考える必要はありません。まれに、てんかんとして、同じような症状がみられることがあります。症状だけでは区別できませんが、年齢が参考になります。夜驚症は幼児期から始まり、しだいに頻度が少なくなって小学校低学年にはみられなくなります。年齢が増すにつれて多くなったり、高学年でもみられる場合は要注意です。区別は脳波検査となるので、心配な場合は小児科で相談してください。

「こどもクリニック四方山話」を知らない人が多いかもしれません。子どもの病気Q&A、子育てQ&A、赤ちゃん・子ども病気などの医学・子育て情報だけでも300編を超える記事が掲載されています。ブログの検索機能を使えば、ほぼ全ての病気のや子育ての悩みに参考になる記事にたどり着くはずですよ。一部古い情報も載っていますが、この機会に是非ブログを利用してみてください。

そしてFacebookページでも紹介しましたが、うれしいニュースがあったので載せてみます。かかりつけの優樹ちゃんがJPTA ALL JAPAN JUNIOR TENNIS TOURNAMENT 東北大会（12歳以下の部）で準優勝しました。この大会は日本プロテニス協会が主催する大会で、準優勝すると全国大会の出場権が得られます。優樹ちゃんは赤ちゃんの頃からのかかりつけで、どちらかと言うとひ弱な感じの女の子でした。いつの間にか逞しくなりその結果が準優勝です。かかりつけ医に報告に来てくれたこと、昔を思い出したお母さんからも感謝をもらい、スタッフ一同とても嬉しい気持ちになりました。将来はプロテニスプレーヤーを目指しているので、いつか優勝のツーショットを撮ることを約束しました。本当におめでとう！そしてありがとう(^-^)/

うれしいことがあったら報告を。みんなでよろこびを分かち合いましょ。

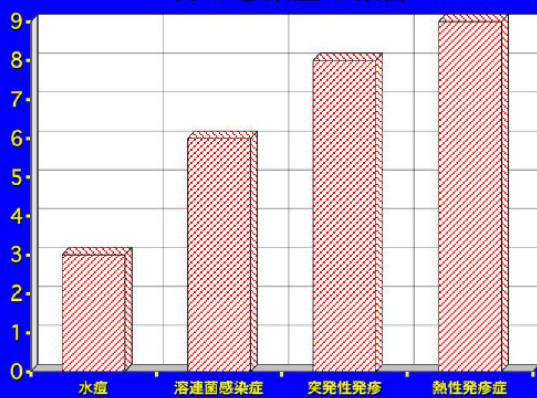


休診のお知らせ

- ・夏期休暇 8月12日（金）～16日（火）
 - ・学会出張 8月25日（木）～27日（土） 日本外来小児科学会年次集会（高松）
- ご迷惑をお掛けしますが、ご理解とご協力をお願いします。詳細は院内掲示をご覧ください。



7月の感染症の集計



8例あった水痘は3例まで減りましたが、溶連菌感染症は横ばいです。おたふくは全国では流行中ですが、仙台ではワクチン費用助成の影響か流行はしていません。目ヤニ（結膜炎）を合併する発熱、発疹を伴う感染症が多く見られています。市内で夏カゼの手足口病、ヘルパンギーナの流行があるようですが、当院には典型的な症例はありません。熱と咳の気管支炎の原因として、パラインフルエンザやヒューマンメタニューモウイルスが検出されています。

Mail News, Facebook の紹介

Mail News は、570人を越えるお母さんが登録。下のQRコードから登録できます。件名を「登録希望」とし、登録者の名前とお子さんの名前を記載し送信してください。

その他の情報発信としてFacebookページ、YouTube、ブログにも取り組んでいます。最新情報はFBを見てください。Mail Newsが、かなり戻ってきます。届かない場合はkodomo-clinic.or.jpをドメイン指定して下さい。不明な点は受付まで問い合わせ下さい。



MailNews



Facebook

編集後記

マスクで感染症の情報が流れると、どうしても悪い方向ばかり向いてしまいます。確かにジカ熱もデング熱も遠い外国の病気では無くなりつつあります。地球の温暖化によって、直ぐ近くまで足音が聞こえてきています。感染症との対策は、相手を理解するところから始めます。敵を知らなければ対策もできません。必要以上に怖がらず、正しい知識を身につけましょう。



K's clinic

麻疹風疹ゼロ作戦キャンペーン 『1才のお誕生日に麻しん風しん混合ワクチンを』
『お母さんクラブ』現在会員を募集中です。参加希望は受付まで。！！