

2023年



かわむら小児科

モ〜モ〜くらぶ

公式 LINE



アデノウイルス感染症について

インフルエンザA型、新型コロナが流行中ですが、アデノウイルスも少しずつ見られています。

アデノウイルスはのどや目にうつりやすいウイルスで、つばなどが飛んでうつります。アデノウイルス感染症の中で最も多いのは滲出性扁桃炎(しんしゅつせいへんとうえん)と言って、のどの奥の扁桃腺に白い膿(うみ)が付く病気です。4~5日39℃以上の高熱が続き、のどが痛くなります。腹痛や吐き気を伴うこともあります。また扁桃腺も腫れることが多く、鼻づまりを起こすこともよくあります。目が充血し、のどが赤くなるタイプのものを咽頭結膜熱(いんとうけつまくねつ)と言います。夏に多くプールで感染することも多いためプール熱とも呼ばれます。ただしプールに入らなくてもうつることも多く、最近でも見られます。他に、目の充血や目やにがひどかったりする流行性角結膜炎という病気を起こすタイプもあります。

ウイルスなので他のかぜと同じように効く薬はありません。水分補給と安静が大切です。目の症状がひどい場合は点眼薬を使います。感染力が強いので熱などの症状がなくなってから2日間ぐらいいは園や学校をお休みした方がよいでしょう。潜伏期間は5~7日ぐらいです。

診断は症状、のどを検査して10分ぐらいで診断できるキットがあります。血液検査では白血球数、炎症の度合いを示すCRPという値が高くなり、細菌の感染と間違えることがあります。経過はほとんど子どもさんでは熱の割に比較的元気がよく予後は良好です。

・・・感染症情報(10月1日現在)・・・

- ★10月に入り新型コロナウイルスは少し少なくなってきたおり、インフルエンザAの方が多くなっています。
- ★他に、手足口病、ヘルパンギーナなどの夏かぜ、溶連菌、アデノウイルス、ノロウイルス胃腸炎など様々な病気が見られます。

秋バテになる子が増加中

暑い夏が過ぎて昼夜の寒暖差が出る秋口は、気が付かないうちに身体に大きな負担がかかっています。夏バテと同じように食欲不振や倦怠感、疲労感などの症状が続きます。

【秋バテの原因】

- 猛暑の疲れ
- 気温・気圧の変化
- 真夏と同じような生活習慣
- 湿度の変化
- 水分不足

【秋バテの対策】

- 湯船につかる(38~40℃のぬるめのお湯に20分程度)
- 睡眠を十分にとる
- 運動習慣をつける(毎日15~30分の軽い運動)
- 温かい料理を食べる

夏の疲れから回復するためには生活習慣を見直しましょう。

(ホットケーキ)



モーモーハウスだより

空を見上げると秋の気配を感じさせる雲が見えるようになってきましたね。

秋にも七草があるのをご存じですか? ハギ・オバナ(ススキ)・キキョウ・ナデシコ・クズ・フジバカマ・オミナエシの7つです。

自然の中で本を見ながら探してみませんか?

10月28日(土) 休診

全国学校医大会に出席のため