



雨に濡れたアジサイの花の色が美しい季節になりました。衣替えも済み、街の景色もすっかり夏の装いになりました。この時期は気温差も大きく、日中はエアコンを使用する頻度も高くなります。外出時は体温調節しやすい服装がおすすめです。  
梅雨や台風の近づくこの時期は、喘息の症状が出やすくなります。喘息で定期内服をしている方は、お薬が切れないうちに早めに受診しましょう。



～8月12日(日)～15日(水)のお盆は臨時診療を行います～



## ～夏風邪について～



夏風邪は高温多湿を好むウイルスによって起こる感染症です。大人に比べ抵抗力が弱い子どもがかりやすく、毎年のようにかかるケースも少なくありません。夏バテで体力が落ちていたり、食欲がなく抵抗力が落ちていたりするとかかりやすくなります。夏風邪の代表的なものは、「咽頭結膜熱(プール熱)」「ヘルパンギーナ」「手足口病」です。今回は夏風邪の症状、対処法について説明します。

### 🍒 咽頭結膜熱(プール熱)

<主な症状>  
高熱、喉の痛み、結膜充血、目脂など頭痛、嘔吐、腹痛や下痢などの腹部症状を伴うこともあります。

<感染経路>  
飛沫感染、接触感染  
プールで感染することが多いため、プール熱とも呼ばれます



<登園、登校について>  
症状は 3～5 日程度持続し、1 週間ほどで回復します。プール熱は感染力が強いため、学校保健法で指定されている感染症です。主な症状が消えたあと、2 日を経過するまでは出席停止です。

### 🍒 ヘルパンギーナ

<主な症状>  
高熱、喉の痛み  
喉の奥にプツプツとした水疱ができます。喉の奥の水疱がつぶれると、つばを飲み込むのも辛いほどの喉の痛みを感じます。乳幼児はよだれが多くなることもあります。

<感染経路>  
経口感染、飛沫感染

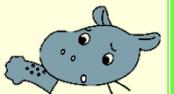


<登園、登校について>  
3 日ほどで熱は下がり、1 週間ほどで回復します。熱が下がり、元気、食欲が出たら登園、登校できます。

### 🍒 手足口病

<主な症状>  
手のひらや指、足の裏、口内に複数の水疱ができます。膝やお尻に発疹が出ることもあり、下痢などの腹部症状を伴うこともあります。ウイルスの種類によっては、高熱がでることがあります。

<感染経路>  
飛沫感染、糞口感染(便から排出されるウイルスから感染)



<登園、登校について>  
2、3 日ほどで炎症は治まり、1 週間ほどで回復します。発疹が黒くなれば登園、登校できます。



## 治療・予防



いずれの病気も特効薬や予防薬はないため、症状に応じた治療を行います。喉や口内の痛みで食事や水分摂取が困難になると脱水症状を起こすことがあるので、注意が必要です。

痛みを刺激するような熱いものや柑橘系飲料などの酸味が強いもの、塩味の強いものは避け、冷ましたお粥やスープ、うどん、水や経口補水液、ゼリーやアイスクリームなど喉ごしのいいものを与えましょう。また、

- ◆石けんでの手洗い、うがいをこまめに行う
- ◆感染者とのタオルや食器類の共用を避ける
- ◆睡眠をしっかりと取り、体力の低下を防ぐ
- ◆栄養バランスのとれた食事を摂る

を心がけることが大切です。

症状が治まっても、原因となったウイルスは約 2 週間をかけて便から排出されます。

排便後やおむつ交換後は手洗いをしっかり行いましょう。



# MR(麻疹・風疹混合)ワクチン接種はお済みですか？



はしか(麻疹)が流行しています。麻疹ウイルスは感染力が非常に強く、空気感染で広がります。ワクチン接種後、体内に抗体を獲得するまで約2週間かかります。定期接種対象の年齢の方で、まだ接種が済んでいない方は早めに接種を済ませましょう。

成人の方で麻疹や風疹にかかったことのない方、ワクチンを1回しか受けていない方も自費(10,000円)で接種が可能ですが、麻疹の抗体検査(自費)を実施してからの接種をおすすめしています。麻疹の抗体が十分にあっても風疹の抗体が十分でない場合、接種費用の補助が受けられる場合があります。詳しくは受付へお尋ねください。ワクチンが不足する場合は、定期接種が優先されます。

## ◆接種費用補助対象の方◆

### ①大分市の住民で

妊娠を希望する女性<sup>\*1</sup>と妊婦の配偶者<sup>\*2</sup>

※1…風疹抗体検査で抗体価が十分でない(HI価-32倍未満、EIA価-8.0未満)と判断された妊娠を希望する女性の方。経産婦の方を含みます。

※2…妊婦健診において、風疹の抗体価が十分でないと判断された妊婦の配偶者

### ②助成金額…MRワクチン(助成上限額 5,000円) (助成後接種費用 5,000円)

### ③助成期間…

平成30年4月1日～平成31年3月31日まで

## ◆定期無料接種対象の方◆

### 第1期…1歳～2歳未満のお子さま

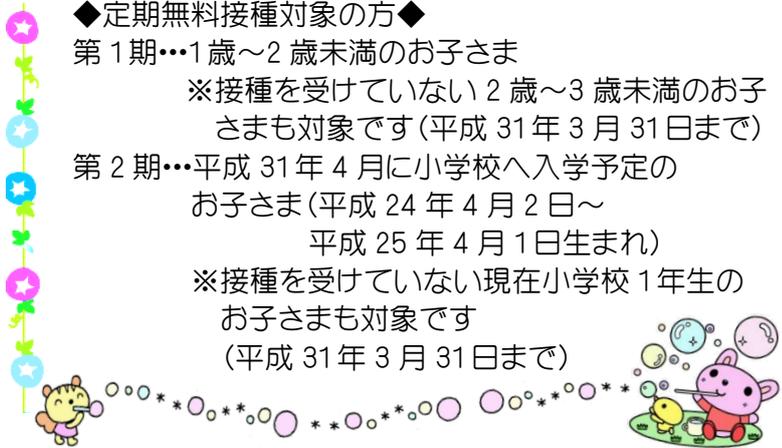
※接種を受けていない2歳～3歳未満のお子さまも対象です(平成31年3月31日まで)

### 第2期…平成31年4月に小学校へ入学予定の

お子さま(平成24年4月2日～平成25年4月1日生まれ)

※接種を受けていない現在小学校1年生のお子さまも対象です

(平成31年3月31日まで)



## 喘息発作が出やすい時期です



梅雨の時期は、天候不順や気温差で喘息発作が出やすくなります。

喘息発作の治療の基本は「発作を起こさないように予防していくこと」です。発作が起きない期間が長ければ長いほど、気管支の粘膜が丈夫になり発作が起きにくくなります。過去に喘息と診断されたことのある方は、調子がよくても内服を続けましょう。途中でお薬が切れないう、定期受診をしてください。発作が起きた時は、早めに受診をして吸入をしましょう。

まわりの環境整備も大切です。タバコの煙やにおいは咳や喘息発作を起こす原因になります。喫煙の習慣のある方は、家族や自分自身の健康、そして家計のためにも是非禁煙しましょう。



## 当院の特長

<b>日曜診療</b>	毎週 日曜日 13:00 まで 受付 12:45 まで
<b>夜間診療</b>	毎週 月・火・木曜日 20:00 まで 受付 19:45 まで <small>※夜間診療日は、診察準備のため 16:30～17:00の間、一時休診します。(受付は可能です。)</small>
<b>祝日診療</b>	11月～3月の祝日は診療します。 <small>診察日・時間を確認のうえ、ご来院ください。</small>
<b>予防接種・健診専用待合室</b>	病気の方とは別の部屋でお待ちいただけます。 診療時間内いつでも実施可能です。 (要予約)
<b>24時間インターネット予約サービス</b>	

## 予約はインターネットから。 問診入力を済ませてご来院ください。

予約日の前日・当日も確認メールが届くので、予防接種の受け忘れを防げます。

24時間いつでもどこからでも予約が取れます。

インターネットで事前に問診を入力しておく、**予約が優先され、待ち時間が短縮されます。**

あらかじめ問診を入力できます。

インターネットで事前に問診を入力しておく、**予約が優先され、待ち時間が短縮されます。**

予防接種の履歴を入力しておく、今、受けることができる予防接種の種類が表示されます。



わかやまこどもクリニック  
QRコード



## 今後の予定

6月5日(火) 1歳半健診のため  
午後は15時半から診療

6月1日(金)、8日(金)  
小学校健診のため  
午後は15時から診療

7月16日(月) 祝日のため休診

**8月12日(日) 小児科休日当番  
17時まで診療**

**8月13日(月)～15日(水)  
お盆臨時診療19時まで**