

初夏の風が半袖に心地よい季節になりました。
新生活も落ち着き、楽しみな夏もうすぐです。これからの時期は気温差も大きく、肌寒い日も
あります。エアコンを使用する頻度も高くなってくる時期ですので、外出時は体温調節をしやす
い服装がおすすめです。気管支が弱いお子さまは喘息の発作が出やすくなります。定期内服を
している方は、薬切れのないように注意してください。
梅雨の時期は、食中毒が起きやすくなります。食品の管理には十分気を付けましょう。



～夏風邪について～



夏かぜは高温多湿を好むウイルスによって起こる感染症です。
夏かぜを引き起こす代表的なウイルスは「エンテロウイルス」「アデノウイルス」です。
抵抗力の弱い子どもがかかりやすく、毎年のようにかかるケースも少なくありません。
今回は夏かぜの種類と症状、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、嘔吐や腹痛、下痢などの症状を伴う
こともあります。

＜感染経路＞ 飛沫感染
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 週間程度で
回復します。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。



手足口病

＜主な症状＞ 手のひらや指、足の裏、舌や唇、口内に
複数の水疱ができます。膝や、おしりに発疹
が出ることがあり、下痢を伴うこともあり
ます。ウイルスの種類によっては高熱が出
ることがあります。

＜感染経路＞ 飛沫感染、糞口感染（便から排出された
ウイルスが口を通して感染すること）

＜登園、登校について＞

2、3 日ほどで炎症は治まり、1 週間程で回復
し、発疹が黒くなれば登園、登校できます。



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・飛沫感染

＜登園、登校について＞

3 日前後で熱が下がり、1 週間ほどで回復
します。
熱が下がり元気、食欲がでたら登園、登校
できます。



治療・予防

いずれの病気も特別効く薬はないので、対症療法が中心
です。喉の痛みなどで食欲がない時は、かまずに飲み込
めるものにしましょう。

痛みを刺激するような熱いものや冷たすぎるもの、酸味
や塩味の強いものは避けるようにしてください。
発熱や食欲低下で脱水にならないように、少しずつこま
めに水分補給も必要です。

予防は感染者に出来るだけ近づかない、
石けんでの手洗い、うがいが基本です。
タオルの共用も避けましょう。



水イボは少ないうちに取りましょう

水イボは皮膚と同じ色の発疹です。発疹の中には
ウイルスがいるので、搔いてイボがつぶれると
体の他の部位にウイルスがついて、増えてしま
います。
またタオルの共用や、プールで感染が広がるため、水イ
ボがあるとプール遊びができなくなることがあります。
水イボを見つけたら、少ないうちに受診してください。
広範囲に広がると治療が大変になります。



ワクチン不足のお知らせ



現在、MR、日本脳炎、おたふくかぜワクチンが入手困難の
状態です。入荷が順調になるまで時間がかかることが予
想されるため、上記のワクチンについては、インターネット
予約も休止中です。接種希望の方は、受付直通電話(097-
556-1556)まで連絡をお願いします。ワクチンのお入荷状況
によっては、予約を入れていただいている方も、予約日
の変更をお願いすることがあります。ご了承ください。



便秘のはなし・・・赤ちゃんの便秘



★ミルクやご飯を食べてもすぐにもどしてしまう
 ★ミルクを飲まない、ご飯を食べない
 ★おなかが張っている
 ★おなかの症状がある割には全身状態がよい
 上記のような症状がある時は便秘の可能性があります。
 赤ちゃんは便が硬くて出ないのではなく、まだ腸が未熟で上手に便が出せないことが多いようです。
 おなかのマッサージや綿棒刺激も試してみましょう。
 うまくできない場合は、当院で一緒に行いますので受付にお申し出ください。3、4日便が出ない時は、浣腸をした方がよい場合もありますので早めに受診してください。



～綿棒刺激のしかた～

綿棒にベビーオイルやオリーブ油などをつけて、肛門を広げるようにゆっくり円を描きながら刺激します。綿棒は綿の部分まで肛門に入れます。1回5分程度、出ない時は数回繰り返して刺激してみましょう。綿棒刺激はミルクの後に行った方が効果的です。便秘気味の赤ちゃんは排便があってもなくても、毎日順調に出るようになるまで綿棒刺激を行うことをおすすめします。



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。途中で薬が切れないう、定期受診をしてください。発作が起きたときは、早めに受診し吸入をしましょう。

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、家計のために是非禁煙しましょう。



食中毒に注意！！



梅雨の時期から夏にかけて、食中毒が発生しやすくなります。食中毒の主な症状は嘔吐、下痢、腹痛、発熱で、血便が出ることもあります。

抵抗力の弱い乳幼児は、重症化することがあります。上記のような症状があるときは、早めに受診してください。



予約はインターネットから！問診入力を済ませて来院されるとスムーズです

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。

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



当院の特徴

日曜診療

毎週 日曜日 13:00 まで
受付 12:45 まで

夜間診療

毎週 月・火・木曜日 20:00 まで
受付 19:45 まで

※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。)

祝日診療

11月～3月の祝日は診療します。
診察日・時間を確認のうえ、ご来院ください。

予防接種・健診専用待合室

病気の方とは別の部屋でお待ちいただけます。診察時間内いつでも実施可能です。(要予約)

24時間インターネット予約サービス

今後の予定

6月2日(金) 学校健診のため

午後は15時から開始

6月9日(金) 学校健診のため

午後は15時から開始

15日(木) 1歳半健診のため

午後は15時半から開始

7月17日(月) 海の日のため休診

8月11日(金) 山の日のため休診

8月13日(日) 小児科休日当番

17時まで診察

14日(月) お盆 臨時診療

15日(火) お盆 臨時診療

19日(土)～26日(土)

夏季休診

