

2023年  
2月発行  
第139号

わかやま・こどもクリニック

キャロット  
通信

日曜診療 夜間診療 休日診療 予防接種・健診専用待合診察室 24時間ネット予約

大分市明野北1-7-10  
 受付代表 097-556-1556  
 発信専用 090-2968-1556  
 090-1433-1556  
 折り返しのお電話は受付代表へお願いします

ホームページ  
 「みんなの広場」にてご来院いただいたかわいい笑顔をぜひご覧ください。

わかうさ日記  
 当院での出来事やワクチン情報も掲載します!

LINE 公式アカウント  
 臨時診療のお知らせ、ワクチン不足や入荷など気になる情報をお届けします。

## Wakayama Child Clinic

本年2月1日、当院は開院24周年を迎える事ができました。皆さまのために、より良い医療を提供できますよう、これからも院長、スタッフ一同日々努めてまいります。どうぞよろしくお願ひいたします。

コロナワクチン接種実施中

乳幼児～11歳は日曜日、及び12歳以上の方は、日曜以外の曜日にも実施

LINE登録者限定プレゼント  
 イオン飲料 スキンケアサンプル

3月31日まで

### 新型コロナワクチン接種について

予防接種法上の特例臨時接種として進められている新型コロナウイルスワクチン接種の実施期間は、現時点では、小児、乳幼児も含めて3月31日までとなっています。4月以降のワクチン接種については、現在、厚生労働省で接種期間や接種間隔、費用負担等の方針が審議されています。当院では、乳幼児～11歳のコロナワクチンは日曜日に実施、12歳以上(オミクロン対応ワクチン)は、日曜日以外の曜日も臨時で実施しています。接種を希望されている方は、早めの接種をご検討ください。

※ご予約はネットより受け付けています。

### コロナ・インフル 流行中!!

新型コロナウイルス感染症、及びインフルエンザが流行しています。「37.5℃以上の発熱がある方」「数日以内に発熱のあった方」は**予約後必ずお電話ください!**  
 (※予約時間の変更が必要です!!)

当院のLINEメニューを確認の上、ご予約ください。

### 進級・進学準備はすすんでいますか?

#### 予防接種を済ませましょう!

可能な接種は、順調に終わっていますか? 集団生活に入ると、感染のリスクが高まります。一度母子手帳を確認し、入園・入学までにできる接種は全て済ませておきましょう。また、部活の合宿や寮生活を送るお子さまは、**侵袭性髄膜炎菌感染症(IMD)のワクチン接種**を済ませておく安心です。侵袭性髄膜炎菌感染症は、風邪に似た症状で診断が難しく、発症から1、2日で急速に重症化して死に至ることもある恐ろしい病気です。ヒトとヒトが近い距離で長時間集まる場所で感染が広がりやすく、特に学校や寮、合宿所などの共同生活で感染リスクが高くなります。乳幼児や10代後半に感染のピークがあり、死亡率も10代で最も高くなりますこの病気はワクチンで防ぐことができる病気です。接種は有料になりますので、対象のお子さまは直接スタッフにご相談ください。

また、おたふくかぜの1回目の接種から2年以上経過し、2回目の接種がまだの方もこのタイミングで接種しましょう。おたふくかぜワクチンは有料ですが、罹患すると合併症を引き起こしたり、重い後遺症が残る可能性の高い感染症です。2回接種を行い、感染からお子さまを守りましょう。MRワクチンと同時に接種も可能です。

※おたふくかぜの主な合併症・後遺症  
 髄膜炎、脳炎、精巣炎、卵巣炎、難聴、脾炎

#### 当院でアレルギー治療中の方へ

アレルギー治療中の方は、進級・進学にあたり新たにアレルギーの診断書が必要になる場合があります。園や学校に確認し、早めに受診をお願いします。診断書は当日お渡し出来ない場合もございます。また、「学校(園児)生活管理指導表(アレルギー疾患用)」を学校や園へ提出されている方は年度ごとの確認の必要があります。学校から用紙を返却されたら、受診して下さい。

#### 今年4月に小学校へ入学予定のお子さまへ

今年4月に小学校へ入学されるお子さまは、MR2期(はしか・風しん混合ワクチン)の接種対象です。無料接種期間は3月31日(金)まで、4月以降は有料です。



## 花粉症対策について

花粉症の方にとっては、辛い季節がやってきました。2023年の花粉飛散予測では、大分県は昨年よりも多くなると予測されています。花粉症がある方は、早めに受診し、抗アレルギー剤の内服等治療をしましょう。また、症状の強い方は薬のみでは抑えきれないこともあり、普段の対策はとて大切です。花粉症予防の鉄則は「吸わない、付けない、持ち込まない」です。普段から行える対策もしっかりと、楽しい春を過ごしましょう。

### 花粉を吸わないために

#### ① マスク

マスクをつけることで、花粉を吸い込む量を1/3程度減らす効果があるとされています。

#### ② 外出を控える

花粉が特に多い日は、「晴れて、気温が高い日」「空気が乾燥して、風が強い日」「雨上がりの翌日」等です。

### 花粉を持ち込まない

#### ① 服装

一番外側に着る服は、付着した花粉が払えるよう、ツルツルした素材のものが望ましいです。家に入る前や玄関周囲で花粉を払いましょう。

#### ② 帰宅後、着替える。できれば、まずシャワー

#### ③ 部屋干し

洗濯後、外に干して花粉を付けたら台無しです。この時期は、部屋干しが安心です。

### 花粉をつけないために

#### ① メガネ

目の表面に花粉が付着すると、目のかゆみ、充血(アレルギー性結膜炎)を引き起こします。花粉を目につけないためにメガネが有効です。コンタクトレンズは、花粉によるアレルギー性結膜炎を悪化させる可能性があります。メガネに替えるか、どうしてもコンタクトレンズをつける必要があれば、上から花粉用メガネをつけるのもおすすめです。

#### ② 手洗い・うがい・洗顔

体に付着した花粉を落とすことも重要です。いくら薬で症状を抑えても、鼻や目に花粉が付いたままではなかなか症状は取れません。

#### ③ スキンケア

皮膚からも花粉などの抗原が体に侵入してアレルギーを成立させると言われています。湿疹や乾燥肌で肌のバリア機能が弱まっていると、花粉が体の中に侵入しやすくなるので、皮膚の状態を整えておくことが花粉症を悪化させない上で重要です。

※5歳未満の方での花粉症の発症率はかなり低いですが、この年齢の時に湿疹やアトピー性皮膚炎があると将来的に花粉症を発症する確率が高くなります。現在湿疹の治療中の方も、お子さまの将来の為に、継続した治療を行い、1日でも早く皮膚を正常な状態にしましょう。



## 当院の診察スタイルについて

安全に実施するため、ご理解ご協力をお願い致します。

当院は、院長ひとりで診察行っており、特に冬場などの診察やインフルエンザの予防接種時期には、1日に300名近くの方が来院されることもあります。診察時の頻回な前かがみの姿勢は、腰への負担が大きく、10数年前に腰痛が悪化して以来、腰にコルセットを付け診察を行っています。前かがみの姿勢が難しいため、診察の際は、ご理解ご協力いただければ幸いです。



詳しくは、「わかう さ日記」をご覧ください  
<https://wakayama-kodomo.blogspot.com/2019/12/blog-post.html>

- 院長は、前かがみの姿勢が難しいため診察イスの高さは高めに設定しています。
- 看護師が補助をして、お子さまを可能な限り、院長に近づけるようにしています。
- 小さいお子さまの診察は、保護者のひざの上で行います。その際、上半身は看護師が支えますので、保護者の方は、お子さまのひざを支えてください。
- 処置や検査、予防接種を行う場合お子さまが、不意に動く大変危険なため、複数のスタッフでしっかりと固定します。

### 新型コロナウイルス感染症

皆さまに安心して来院していただけるよう感染防止対策を行っています

#### 院外にて受付



#### 院内に入られる皆さまに



問診により、各々に応じて待合室を分け、院内で感染の恐れのある方と接触がないよう徹底



感染症状のある方とスタッフの接触も最小限に



「3つの密」(密閉・密集・密接)を避ける。



#### 院内の消毒



感染拡大を引き起こす可能性のある処置時はスタッフは、しっかりと防護具を着用



スタッフのマスク着用フェイスシールド着用体調管理



## 今後のスケジュール

臨時診察 2月23日(木)  
13時まで診療

臨時診察 3月21日(火)  
13時まで診療

- 水曜日の午後は、不定期で休診する場合があります。
- 3月まで祝日臨時診察を行います。
- 月、火、木曜日は19時まで診療中です。