



崎山小児科・院内報

●Kero Kero 通信●

5月 2022年

第278号



子どもが発熱しました

新型コロナの検査を受けた方がよいですか？

崎山小児科では、2022年1月以降4月20日までに新型コロナウイルス感染症と診断した人数は、大人も含めて800人を超えました。最近では流行のピークを過ぎたためか検査件数は減ってきていますが、それでも検査結果陽性が連日確認されています。まだまだ流行が落ち着いているわけではありません。

「子どもが昨日発熱しました。今日は解熱して元気そうにしているのですが、受診した方がよいですか？コロナの検査を受けた方がよいですか？」。こんな迷いを感じることは当然です。子どもの発熱の原因がもし新型コロナウイルス感染症であったとしても、周りで既に罹った人から聞くと子どもはそれほど重症にならないこと、診断したからといって特効薬など治療が始まるわけでもないこと、診断されると仕事に1週間出られないことも困る、そんなことが受診や検査を躊躇う要因のようです。

ただ、子どもの発熱の原因は新型コロナウイルスだけではなくありません。他にも診断すべき病気がいくつもあります。コロナが心配だからという理由で受診するタイミングを早める必要はありませんが、子どもの発熱が心配であればいままでも通りにまずは受診して下さい。

では、検査はどうするか。子どもに使える治療薬はないので子ども本人の治療には結びつかない検査です。しかし子どもが感染源となって、親、兄弟、祖父母、友だちにうつすリスクがあります。親の職場、兄弟の学校生活、高齢で持病がある祖父母、保育園や学校などの集団生活など、これらに与える影響は無視できません。新型コロナウイルス感染症は自然科学の医学だけでは判断できない、社会現象の一部としての疾患という側面があります。診察だけで「検査しなくてもよい」とは言えません。検査そのものに危険性はないので、一日二日を争って急ぐことはないのですが心配なら検査を受けて下さい。症状がある人の検査については、健康保険で検査が受けられます。

ただし、検査には準備が必要なので、予約の際に検査希望とお伝えください。来院時にお申し出があっても、その場で検査はできず、翌日の予約検査となる場合がありますのでご承知おき下さい。

子どもの便秘



排便回数が週3回未満であったり、毎日便が出ているとしても排便時に痛みや出血があったり、残った便が蓄積して腹痛の原因になったりすると便秘と言えます。4~5日間隔でも規則的で苦痛なく便が出ていれば便秘ではありません。食べた物は腸で大半の水分が吸収され、残りが便として排出されます。便が腸に長く留まると水分が多く吸収され便が硬くなるため、肛門の近くまでできても硬くて上手く排出できなくなります。硬い便の隙間から緩い便だけが出てくるので便秘が続くと下痢のようになります。

登園や登校したあとでトイレに行くのをためらい排便を我慢したり、偏った食事や朝にゆっくりトイレに入る時間がないといった生活習慣が便秘と関係しています。

4月~5月は新しい生活が始まり便秘で受診されるお子様が増えます。便秘の予防と楽しい生活が送れるように毎日の生活習慣を見直しましょう。

生活習慣

早寝早起き朝ご飯。

朝ご飯を食べたあとに食器の片付けをするなどのお手伝いをして身体を動かし、トイレに便が出なくても10分座る。



食生活

豆類、海藻類、きのこ類、寒天には食物繊維が豊富に含まれています。食物繊維は細かく刻んでも大丈夫なので炊き込みご飯にするとお子様も食べやすくなります。ご飯を炊く時に1合に対して粉寒天1gを入れて炊くとご飯に寒天がコーティングされ、味も変わらずに食べられるのでお勧めです。オリーブオイルなどのオイル類をスープや煮物に追加することで腸の動きが良くなり、便が柔らかくなって便が腸の中でスムーズに流れる効果が期待できます。生活習慣や食事を改善するのも大切ですが悪循環にならないように便やお腹の様子をみながら便秘薬を上手く使って排便コントロールを行うのも大切です。

便秘薬

便に水分を含ませて便を柔らかくする薬—モビコール、酸化マグネシウム
腸の動きを良くする薬—ピコスルファート(ラキソベロン)
即効性はなく作用は緩やかで自然な排便を促す薬—マルツエキス
お子様が便秘でお困りの時はぜひご相談下さい。

崎山先生の当番日

『府中市民保健センター』042-368-5311

5/12(木) 夜間診療 (19:30~22:00)

