



Kero Kero 通信

第 288 号



崎山小児科・院内報

3 月 2023 年

新型コロナウイルス感染症と学校教育

学校内での教育活動は文部科学省、都道府県教育委員会等の指示や助言によって概要は決められています。2020 年 1 月から日本国内での患者発生が始まった新型コロナウイルス感染症は新しい感染症で重症度が高く、感染性も強いと想定されていたので、2020 年 3 月の全国一斉休校のように学校の対応方針の多くは国レベルで決められていました。その後も新型コロナ対策専門家会議の提言などを踏まえて文部科学省は休業の手順や、入学式や始業式での感染拡大防止措置、学校内の消毒方法、マスク着用の条件などの取決めも定めています。2021 年 8 月頃に流行したデルタ株までは子どもの患者の症状は軽微で学校などでの集団発生もほとんどありませんでしたが、オミクロン株の流行から子ども達の発症が急激に増加して、学級閉鎖も相次ぎました。そのような状況でしたが、文部科学省は感染症対策を行っても感染リスクをゼロにすることはできないという前提で、学習内容や活動内容を工夫しながら、授業や部活動、各種行事等の教育活動を継続し、子どもの健やかな学びを保障していくことが必要との判断を 2022 年に示しました。

しかし、実際は、卒業式と入学式では保護者の人数制限、運動会は規模の縮小や開催時期の変更、宿泊行事は期間短縮、時期の変更、場合によっては中止、声を出す合唱コンクールも中止、水泳指導は更衣室が密集空間となるので規模の縮小あるいは中止、部活動に関しては体育系、文科系問わず通常の活動ができていない学校はほとんどありませんでした。その一方で、子ども達の全国調査の結果を見ると、令和元年度調査から連続して小・中学校の男女ともに体力・運動能力は低下し、ここ数年間の不登校児童生徒の割合も増えています。家族や学校関係者、医療関係者はどのような対応するべきでしょうか。

まずは、子どもが過去 3 年間で獲得できなかった経験を補えるように配慮することが必要です。知識レベルだけでなく実際に体験できるようなことも準備しましょう。コロナ禍は 3 年以上に及んだので、当時の小学生の一部、中学生、高校生はすでに卒業してしまっており、元の学校での経験、体験をやり直すことはできません。経験不足による不都合に本人の責任はありません。他の世代との違いを認めてあげて、困り感のある子ども達を支援することが子どもたちの周囲の大人たちに求められています。

鼻水とのおつきあい



風邪や花粉症で鼻水に悩まされる季節になりました。鼻が詰まり頭がぼーっとしたり、鼻水をかみすぎて肌が荒れたり、つらいと感じる人も多いのではないのでしょうか。鼻の中では吸った空気に湿り気を与えたり、粘膜を保護したりするため、鼻粘膜から常に少しずつ粘液が分泌されています。この鼻粘膜に異物がくっつくとき、粘膜の表面にある細かい突起の「線毛（せんもう）」が動き、ベルトコンベヤーのような働きで粘液と一緒に鼻腔の奥に運んでいきます。運ばれた異物はのどから「たん」として排出されたり、本人が気づかぬうちに胃の中に飲み込まれたり、鼻から出てきたりします。異物を排出しようとして粘液が多量に鼻から分泌されるのが鼻水です。ちなみに、鼻水は 1 日に約 1 リットルも分泌されると言われています。ウイルスなど、体にとっての異物を排除するための生体の自然な防御反応です。鼻水は、鼻腔内をきれいに洗い流してくれる洗浄液のようなものといえます。鼻水以外にも、鼻や口から勢いよく空気を吹き出すことで異物を排出する「くしゃみ」や、鼻腔が腫れて狭くなることで異物の侵入を防ぐ「鼻づまり」なども、同じく人体の防御反応といえます。「鼻水」などの症状が現れる状態を「鼻炎症状」と呼んでいます。

本来からだに害がないはずの花粉やハウスダストなどでも鼻炎症状が出ることもあり、「アレルギー性鼻炎」と呼びますが、こうした本来無害なものに反応する「アレルギー」は、いわば“からだの勘違い”です。そのため、同じ花粉でも体質の違いによって「反応する人」と「反応しない人」、つまり花粉症になる人とならない人が存在するというわけです。そう考えると体の防御反応だから鼻水は出てくるのが悪いことではないような気がします。しかし煩わしさはなんとかしたい!と思うでしょう。風邪の鼻水の場合は悪いものを外に出そうとしているので、外に出すお手伝いとして鼻水をサラサラにしたり、鼻の粘膜の動きを良くしてくれるお薬が処方されます。辛そうな時はお薬を飲みつつ鼻がかめるお子さんは鼻をかんでもらい、鼻がかめないお子さんは吸引器で吸ってあげたり、こよりを作ってくしゃみを誘発し、鼻水を外に出してあげましょう。花粉症の場合は、いわば体の勘違いで出てくる鼻水なので、鼻水が出てくるのを抑えてくれる抗アレルギーのお薬や鼻のむくみをとってくれるお薬などが使われます。また、鼻の入り口にプロベトを塗っておくと、鼻かみでの肌荒れを防げるほかに、鼻の入り口で花粉などを止めてくれる効果も期待できます。体の反応はそれぞれですが、うまく付き合っただけでも気持ちよく過ごせるといいですね。