



# ●Kero Kero 通信●

第 292 号



崎山小児科・院内報

7月 2023年

## 正解を求めずに、まずは考えましょう。

いつの間にか当たり前に思っていることはたくさんありますが、実際には自分がそう思い込んでいるだけで本当に正しいことなのかは実は誰も知りません。健康に関すること、日常生活上の習慣、格言、名言、言い伝え、迷信。根拠はないけれど、それを正しいと信じると余計なことを考えずに済むので、何気なく実行していることは数多くあります。昔であれば、おばあちゃんが言っていた、本で読んだ、新聞に書いてあったなどが真実性の保証でした。ちょっと前では「ラジオで聞いた」、「テレビで見た」、最近では「ネットで知った」「SNS で見た」「Yahoo で検索した」「ググってみた」、きっとこれからは「チャット GPT が教えてくれた」なども自分の考えを正当化する根拠として使われることでしょう。

「赤ちゃんはしっかり保湿をしましょう」「泡でやさしく洗いましょう」「熱があるときはこまめに水分を飲ませましょう」「汗をかけば熱が下がります」など、当たり前と思っている人も多いように感じます。確かに一部の人にとっては有益な情報ですが、これらのことは全員にとって常に適切な情報というわけではありません。

育児の本質は、子どもをよく見ること、子どもの言うことをよく聞くこと、そして自分で考えることです。何か気になったとき、考えることなく、「正しい情報」を求めていますか？多様化を認めることが大切と言う一方で、皆と同じを求める自分がいませんか？皆と一緒に、あるいは多くの人がやっていることに従っていれば安心と思いませんか？まずは、自分で考えて、自分のやり方を信じてみましょう。ただ、誤解してはいけません。自分の考えに基づいて自分が柔軟に変化を続けることが必要です。自分で決めることはよいのですが、一度自分が決めたことにこだわりを持つことはお勧めしません。ネットで見つけた情報も少しの疑いを感じながらも実行してみる、その結果をよく見る、うまくいかなければ「違うのかな」と考えて別の方法を試す。子どもは育つので変化します。昨日はうまくいった方法も明日は成り立たないかもしれません。

何か困ったことがあれば、まずは子どもをよくみて考えましょう。正解はありませんが、明日はもっとよくなる、うまくいく。きっとそうなるのが育児です。何かわからないことがあれば崎山小児科に相談して下さい。

## 感染症流行中

新型コロナ（COVID-19）感染確認により、2020年4月7日に緊急事態宣言が出され、保育園・学校・飲食店・映画館・百貨店など多くの人が集まる施設が利用制限やお休みとなりました。国の条例に違反すると罰金を取られ、自称マスク警察などが出現したり、ニュースなどで毎日感染者数や死者数の増減が報道され、自分や子どももいつ感染するかと不安な日々を過ごされたと思います。医療施設ではコロナ対応の医療機関は医療ひっ迫が起り、院内感染を恐れて小児科の受診を避ける傾向がみられました。四季豊かな日本ですが気づけば桜の花が散り、毎年来るツバメが軒下にいなかったり、ススキにはすでに雪が積もっていたりと季節をゆっくり感じることもなかった3年間でした。子どもたちにとっても長い3年間だったと思います。生まれたばかりの子は3歳になりお話やかけっこ、お絵かきも出来るようになり、入園・入学した子どもたちは運動会や遠足、修学旅行などのイベントを経験しないまま進学や卒業となりました。マスク生活や人との接触を控えることによってお友達とのコミュニケーションの機会が減り、感情をうまく表現できずモヤモヤして心身ともに疲れている子も多いと思います。子どもたちが元気に笑って過ごすことで大人も幸せな気持ちになり社会全体が元気になると思います。

COVID-19の感染症の分類が5類となった2023年5月8日から少しずつ社会はコロナ流行前の生活に戻ってきました。コロナに感染しないように努力した結果として他の感染症に罹ることが減り、病気に対する免疫がないお子さんが多く、季節ごとに流行していた様々な感染症が同時期に流行しています。夏の風邪と言われるヘルパンギーナや手足口病はもちろん、溶連菌、RSウイルス、リンゴ病、胃腸炎、インフルエンザ、コロナもまだ罹患者がいます。代表的なウイルスとしてライノウイルス、エントロウイルス、RSウイルス、パラインフルエンザウイルス、コロナウイルスなどがありますが症状の経過も有熱期間も感染症によっては7日~10日と長いものもあります。経過が長いと心配になると思います。中でも0歳の発熱はすべてにおいて免疫力が低く注意が必要のため経過をみるため連日の受診をおすすめします。

風邪の原因になるウイルスは200種類以上あり、分類によっては数百以上の型があるため何度も風邪に罹ってしまうのは当然です。何度も風邪をひいて治ってを繰り返しながら体は免疫力（病気と闘う力）を蓄えていきます。

崎山小児科ではお子様たちの健康を第一にお手伝いさせていただきますので不安なことがあれば受診、もしくはスタッフに遠慮なくおたずね下さい。（看護師 森下）

## 崎山先生の当番日

『府中市民保健センター』042-368-5311

7/18(火) 夜間診療(19:30~22:00)



ケロケロひろば 7月20日(木) 14:00~15:30 対象:0~1歳 ・てあそびうた・いろいろなちわるいうんちの話