



崎山小児科・院内報

# ●Kero Kero 通信●

1 月 2025年

第 310 号



## 考える力をつけるために

インターネットやスマホの通信技術が発展して、情報を得ることはとても容易になりました。子どもたちの世界でも同じです。20年ほど前までは、本になっている情報であれば図書室で調べるか、わざわざ市の図書館に行き、なんでも知っているかと思って親や先生に聞き、場合によっては伝手を頼ってよく知っている人に聴きに行って情報を得ていました。今はグーグルやヤフーで検索するか、Chat GPTに質問するか、アレクサに聞けばたいの情報はほぼ正確に入手できます。知る過程での苦労はなくなりました。とても便利です。

ネット検索が手軽な理由の一つに、頭の中で文章を作成しなくても答えてくれることがあります。関連する単語をいくつか組み合わせれば、答えが返ってくる場合があります。「年賀状 丁寧 先生」と入力すれば、世話になった先生に出す年賀状の例文がヒットします。頭の中で文章を組み立てなくても、聞くことができちゃうのです。もし思い通りの答えがなかった場合は、検索の言葉を入れ替えたり増やしたりして自分の思い通りの回答が出てくるのを待てばよいのです。ちょうど英会話が苦手な人がとりあえず知っている英語の単語を羅列して、相手が一生懸命に聞いて、思いを巡らせて答えてくれている様子と似ています。ネット検索は、相手が人ではなく機械なので、嫌がることなくこちらが納得するまで答えてくれます。

話は変わりますが、崎山小児科の診療はネット予約を導入していません。電話での予約受付なのですが、この電話予約が苦手な人がいるということを最近知ってちょっと驚きました。ネット予約では、相手と会話することなく、症状などを画面で選択してから自分の希望の時間枠をポチッと押して予約完了することができます。頭の中で、伝えなければいけないことをまとめる必要がありません。

大人も子どもも考える力が最近落ちているような気がします。ここで言う考える力とは、難しいことを理論的に考えることではなく、自分が思っていることを人に伝えることができるように考える力のことです。子どもが話を組み立てる力をつけるためには、聞き手の存在が不可欠です。さて、年末年始など、親子の会話も増える時期です。子どもたちの話をよく聞いて、考える力を養ってあげましょう。



## インフルエンザ

12月に入り、インフルエンザの流行が始まっています。学級閉鎖のクラスも出始め、「熱が出たので検査してほしい」という問い合わせが多くなりました。潜伏期間は1~3日なので家族内では感染することが多いようです。感染経路は主に「飛沫感染」と「接触感染」です。

### ☆おすすめの検査のタイミング

・発熱してから12時間以上経過してからの検査

インフルエンザの抗原検査はある程度身体の中でウィルスが増えてこない検査の綿棒にウィルスがついてこないため、発熱後すぐの検査では陰性になることが多くなります。

・朝は登園・登校したけど熱が出て早退してきた、夕方から熱が出てきたときなどは翌日に検査

自宅にカロナール（アセトアミノフェン）があり、様子が落ち着いているようであれば診察を急ぐことはないでしょう。月齢が小さいお子様や熱にともないゼーゼーして呼吸が苦しそうな心配な症状があるときには検査のタイミングを待たずに受診をしてください。

### ☆治療

インフルエンザと診断されても特效薬があるわけではありません。基本的には対症療法となります。熱や関節痛・頭痛には解熱鎮痛剤としてのカロナール（アセトアミノフェン）の内服、咳・鼻水・嘔吐・下痢があるときには症状に合わせた薬を内服します。

抗ウィルス薬のタミフル（朝・晩2回5日間内服）・イナビル吸入（薬局さんの指導のもとで粉の入ったキットを吸って終了）は発症後48時間以内に使用すれば熱を1日だけ短くする効果があるとされています。内服・吸入しても4~5日熱が続く場合もあります。インフルエンザ脳症などの合併症を予防することはできません。

インフルエンザの熱の特徴として熱が2~3日続き、一旦1~2日下がり、また熱が上がる場合があります。二峰性の発熱と呼ばれインフルエンザではよく見られることがあります。2回目の熱が出るころから咳・鼻水が増えることが多いようです。

### ☆許可証

最近では登園・登校許可証は保護者記載の形式となっています。病院の許可証が必要な場合は前もって記入ができません。登園・登校できる日の記入となるため、経過によっては朝に受診をして少し遅れて登園・登校してもらうことになります。

### ☆予防接種

インフルエンザに罹患したあとでも他の種類のA型やB型に罹患する可能性がありますので予防接種はお勧めします。

3月は予防接種の予約の混雑が予想されます。MR ワクチン・HPV ワクチンなど1月、2月のうちに接種をおすすめします