

ノロウイルス

今回はノロウイルスについてお話します。

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は11月から増え、冬に流行します。潜伏期間は24~48時間で、主な症状は吐き気、嘔吐、下痢、腹痛で発熱は軽度です。通常3日以内に回復しますが、ウイルスは1週間程度便中に排出されます。ノロウイルスに対するワクチンも抗ウイルス剤もありません。治療は輸液などの対症療法です。下痢止め薬は病気の回復を遅らせることがあるので使用しないことが多いです。通常、臨床症状や周囲の感染状況等から、総合的にノロウイルスを原因と推定して診療がなされます。ノロウイルス抗原検査は、便中のノロウイルスを検査キットで検出するもので、医療機関で医師が医学的に必要と認めた場合に行われ診断の補助に用いられます。3歳未満、65歳以上の方を対象に健康保険が適用されています。この検査は、ノロウイルスに感染していても陽性とならない場合もあり、ノロウイルスに感染していないことを確かめることはできません。

ノロウイルスは、手指や食品などを介して経口で感染し、ヒトの腸管（小腸）で増殖します。感染予防には手洗いが大切です。患者の便や吐物には大量のウイルスが排出されます。調理や食事の前、トイレの後、汚物を処理した後は、必ず手を洗いましょう。

消毒としては、塩素系漂白剤の次亜塩素酸ナトリウムは効果があります。ノロウイルスは熱に弱く、85℃で1分以上の加熱が必要です。

家族がノロウイルスに感染したら、タオルの共用はやめましょう。汚物が衣類についたら、85℃で1分以上熱湯消毒するか、0.02%次亜塩素酸ナトリウムに30~60分間浸します。その後、他のものと分けて最後に洗濯して下さい。高温の乾燥機などを使用すると殺菌効果は高まります。布団などすぐに洗濯できない場合は、よく乾燥させ、スチームアイロンや布団乾燥機を使うと効果的です。

(小児科医 小沢 愉理)

専門スタッフの子育てアドバイス♪

「くびのすわり」

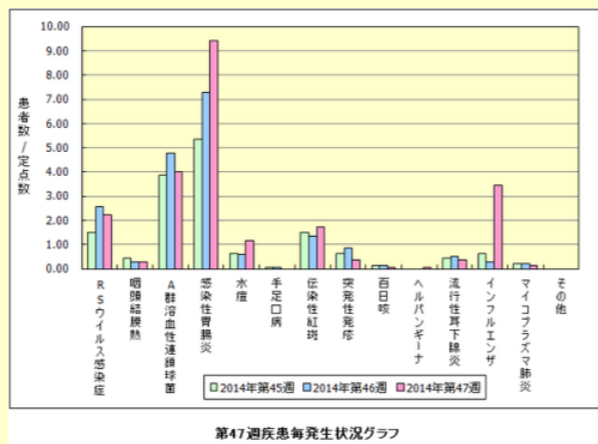
これから数回に分けて赤ちゃんの運動についてお話します。まずは「くびのすわり」についてです。

赤ちゃんのくびがすわるのはだいたい3ヶ月半から4ヶ月ぐらいです。そのため、3~4ヶ月健診では医師が、あお向け姿勢で手を引っ張ってくびがついてくるかテストをします。がんばって頭を上げてくれる子、泣いて反り返ってしまう子、頭を持ち上げるのが大変でなかなか持ち上がらない子など、いろいろな子がいますが、みなさん1ヶ月を過ぎたら極秘特訓を始めてみてください!!

生まれた頃は横抱きがほとんどだと思いますが、首の後ろに手を添えて縦抱きにチャレンジしてみたり、頭を持ち上げる練習としてうつ伏せ姿勢をとることがおすすめです。うつ伏せがイヤで泣いてしまうお子さんがいると思いますが、そういう時には寝転がったお母さんのお腹~胸の上にお子さんをうつ伏せで乗せると、にこにこできるかもしれません。まずはうつ伏せの姿勢に慣れることからスタートです。極秘特訓は少しずつ始めてみてくださいね♪

(理学療法士 駒崎 舞)

八王子市の感染症発生状況



- 感染性胃腸炎が流行してきています。吐物や便の処理にも注意してください。手洗いをしっかり行いましょう。
- インフルエンザもでてきているようです。手洗い・うがいをしっかりと行いましょう。

えほんの紹介



「ふゆ」

作・絵 こうのあおい

ゆったりした気持ちになれます。

一面の雪に冬を感じられます。

イタリアでのロングセラーだそうです☆

(看護師 藤岡 由夏)

12月の診察予定

月	火	*水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
小沢愉理 野村	小沢愉理	雨宮 横山	小沢愉理 PM横山	小沢浩 岸本	休診	休診
8	9	10	11	12	13	14
小沢愉理 野村	小沢愉理	雨宮 横山	小沢愉理 PM横山	小沢浩 岸本	休診	休診
15	16	17	18	19	20	21
小沢愉理 野村	小沢愉理	雨宮 横山	小沢愉理 PM横山	小沢浩 岸本	休診	休診
22	23	24	25	26	27	28
小沢愉理 野村	休診	雨宮 横山	小沢愉理 PM横山	小沢浩 岸本	休診	休診
29	30	31				
休診	休診	休診				

*水曜日の横山医師の診察はAM10:30からとなります。

予防接種のお知らせ

- 平成26年10月から水痘（みずぼうそう）のワクチンが公費になりました。

詳細はお問い合わせください。

- インフルエンザの予防接種を1/9まで行います。接種日は、

毎週水曜日：14:00~15:00

毎週金曜日：14:00~17:00 となります。

- ◆ 予防接種は完全予約制になりますのでお電話でお問い合わせください。
TEL：042-634-9008

外来診療のお知らせ

- こども相談外来

お子さんのこと、何でもご相談ください。

金曜日14時~15時

(第2金曜日は休診)

診察時間：30分

担当：小沢浩（小児科医）

- けいれん外来

水曜日14時~15時

担当：雨宮馨（小児科医）

- * 不定期に休診となる場合がありますのでご了承ください。

- ◆ 予約制になりますのでお電話でお問い合わせください。

TEL：042-634-9559

島田療育センターはちおうじ

こどもクリニック えみんぐ

TEL：042-634-9008

〒193-0931 東京都八王子市台町4-33-13

(八王子市小児・障害メディカルセンター内)

(HP) www.shimada-ryoiku.or.jp/shima8