

# えみんぐ通信

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 Vol.48 2015.7.31発行

## 手足口病

手足口病が大流行です。今回は手足口病についてお話ししましょう。

手足口病は夏かぜの一種です。症状は、発熱が約1/3に見られますが、軽度で1～2日間です。手のひらや足の裏、口の中に小さな水ぶくれができます。最近では発疹が手の甲、足の背面、腕、太もも、下腿、お尻、体などにできるようになりました。大きさも大小不同でかなり大きな発疹も見られます。痛みはありません。1週間位で自然に消えていきます。口の中が痛くて食べられなくなることがあります。合併症としては、急性髄膜炎、稀に急性脳炎があります。

代表的な原因ウイルスはコクサッキーA16あるいはエンテロ71ですが、これ以外にも原因となるウイルスが何種類もあるので、以前にかかったことがある子でもまたかかることがあります。

生後6カ月位からの乳幼児に多いですが、成人でもかかることがあります。潜伏期間は3～5日間といわれています。

感染経路は主として咽頭から排泄されるウイルスによる飛沫感染ですが、便中に排泄されたウイルスによる経口感染、水疱内

## 専門スタッフの子育てアドバイス♪

前回のテーマ「発音」の中ででてきた「離乳食」について、今回はもう少し詳しくお伝えしたいと思います。

離乳食は、お座りや寝返りができるようになる頃から始めることが多いです。この時期には、家族とその他の人をなんとなく区別できるようになり、表情も豊かになってきます。玩具を持ち替えたり、手に持った物をなんでも口に入れてたりといった手の動きも活発になってきます。また、家族の食事をじーっと見ていたり、手を伸ばして来たり、このような姿がみられはじめたら離乳食を開始しても良いかもしれません。

最初の一口。お母さんにとっても緊張の一口ですよ。『おいしいかな？』『じょうずに食べられるかな？』……。なのにベーンと食事を外に出してしまうお子さん。でも、がっかりしないでください。これも貴重な経験。はじめて入ってきた食べ物を、どうやって飲み込んでいいのか分からないから出してしまったのかも。この頃は、舌を前後にしか動かさないで、形のあるものを口の中でつぶしたりはできません。ドロドロでそのままでも飲み込めるよう調理してあげる必要があるのです。そして舌が上下に動かせるようになる頃に中期食、左右に動かせるようになる頃に後期食と進み、この口の動きの上達が、お話しのための土台になります。「お子さんが食べやすいように」と作られた愛情たっぷりの食事を通して、少しずつ口の動かしかたを学んでいきます。それぞれのお子さんのペースもあるので、焦らずに進めていきたいですね。

また、「おいしいね～」「あら、やだったかな」など、お子さんの経験をことばで聞かせてあげながら「わかることば」も育ちます。実は大切なコミュニケーションの場にもなっているんです。

このような経験を通し、舌や唇の動きが上達し、ことばが分かるようになることで、離乳食が完了するころにはお話が少しずつ始まるお子さんもいます。食べることと、話すこと。全然違うようでも関係しているんですね。(言語聴覚士 中村 達也)

容器からの感染などがありうると言われています。ウイルスは喉と腸の中で繁殖し、血液の中に入り込んで増殖し症状がでます。ウイルスは侵入してから喉から1～2週間、便から3～5週間排出されます。

有効な薬はありません。熱や口の中の痛みがある時は薬を処方します。家庭では、口の中が痛いことが多いので、しみないものをあげましょう。脱水にならないように水分を少量頻回に与えましょう。外出は避け、入浴は熱がなければ構いませんが、発疹がひどいときはシャワーにしましょう。

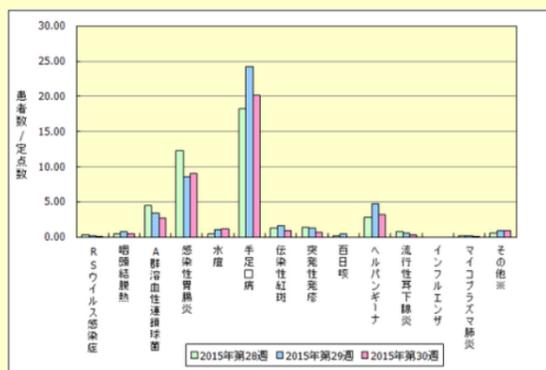
予防は、手をよく洗いましょう。特に便の始末をしたときはよく手を洗いましょう。

登園・登校は、熱がないこと、食事がある程度普通に食べられること、手足の発疹がある程度目立たなくなれば可能です。

口の中が痛くて水分を摂れないとき、高熱が続くとき、吐いてぐったりしているときは医療機関を受診しましょう。

(小児科医 小沢 愉理)

## 八王子市の感染症発生状況



- 手足口病が流行しています。手洗い・うがいをしっかり行ってください。
- 感染性胃腸炎の方も多い状況です。吐物や糞便の処理に注意してください。

## えほんの紹介



「オセアノ号、海へ!」

アヌック・ボアロベール、ルイ・リゴー著

以前紹介した「なまけものいる森で」の海バージョン?です。

とても豪華な仕掛け絵本で、大人も楽しく読めます。

(看護師 藤岡 由夏)

## 8月の診察予定

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

\*8/3～8/7小沢浩医師と小沢愉理医師は休診となります。

\*8/4岸本医師は休診となります。AM野村医師・PM中村医師の代診となります。

\*8/21中村医師は休診となります。AM野村医師・PM岸本医師の代診となります。

\*8/26・8/27横田医師は休診となります。

## 予防接種のお知らせ

- 水痘(みずぼうそう)ワクチンの特別接種が27年度まで延長になりました。

八王子市民で3歳～4歳11か月までのお子様。水ぼうそうにかかったこともなく、水痘ワクチンの接種を1回も受けたことがない方が対象です。

他、各種予防接種を行っております。

詳細はお問い合わせください。

- ◆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。(診察時間: 30分)

- 金曜日14時～15時(第2金曜日は休診)  
担当: 小沢浩(小児科医)

- 第2・第4水曜日10時00分～11時30分  
担当: 中村由紀子(小児科医)

- けいれん外来

(診察時間: 30分)

- 第2・第4水曜日9時～10時00分  
担当: 中村由紀子(小児科医)

\*不定期に休診となること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](http://www.shimada-ryoiku.or.jp/shima8)