

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.79 2019.6.30発行

4月から外来で診察をさせていただいている、井之上です。6月になって梅雨入りしましたが、体調はいかがでしょう。

子どもたちの具合が悪くなってどうしたらよいか悩んでいるお父さん・お母さんに、時々こうアドバイスをします。
『子どもの気持ちになってみましょう』

私自身小児科医になって、子どもがかかる病気に色々かかりました。もちろん大人と子どもの違いはありますが、今となつては貴重な経験となっています。また、病院にやってくる子どもたちからたくさんのお話を教えてもらいました。その経験と子どもたちの声からたどり着いたのが、『子どもの気持ちになってみる』です。

例えば、熱がでたときのことを考えてみます。

インフルエンザなどで熱があるとお父さん・お母さんはどうですか？頭が痛かったり、体がだるかったりしますよね。大人になると熱がでることは少ないかもしれませんが、熱がなくても頭痛などで寝付けないうち、解熱剤を飲むと痛みが和らいでよく眠ることができたりします。

発熱時にぐずる子どもたちは、実は大人が感じるように『だるくて眠たいけど、頭が痛いよー！！』と訴えているのかもしれない。実際少し大きくなると、『熱があって頭が痛い』と教えてくれることもあります。

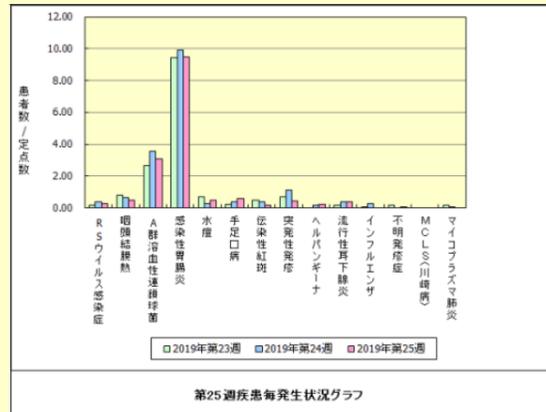
発熱など体調が悪い時は、身体を休めること（＝『睡眠』と『適度な水分摂取・消化のよい食事』）が一番大事です。熱があれば解熱剤を処方されることが多いと思いますが、解熱剤は熱を下げるだけでなく、熱による症状も和らげます。

全ての場合が当てはまるわけではありませんが、困ったとき、ちょっとだけ『こどもの気持ち』になってみませんか。

(小児科医 井之上 寿美)

八王子市の感染症発生状況

- 引き続き、感染性胃腸炎の方が多そうです。吐物や糞便の処理にも注意して感染を拡大させないように気をつけましょう。
- 溶連菌感染症・水痘の方も増えていますので注意しましょう。



第25週疾患毎発生状況グラフ

看護師からのちょこっとメモ

「みずぼうそう」

水をもった赤い発疹が全身に出ます。感染力はとても強いです。たびたび流行している園や学校が見受けられます。とてもかゆいので、かきこわさないように爪は短くしておきましょう。発疹が落ち着くまでのお風呂は、湯ぶねには浸からず、シャワーで流してあげる方がかゆみも少なく、化膿することも少ないです。登園や登校は発疹が全部かさぶたになったら可能になります。

予防接種は2回接種することが推奨されています。2回接種されていると、発症しても軽く済むことが多いので、2回接種されている方は典型的な発疹ではないことがありますので周囲に流行があるときには小児科の受診をお勧めします。家族などが発症したときには急いで予防接種をして予防する方法もありますので接種のタイミングや効果については主治医に相談してください。
(看護師 藤岡 由夏)

7月の診察予定

月	火	水	木	金	土	日
1	2	3	4	5	6	7
小沢愉理 中村河野 (15:30まで)	井之上 横山	小沢浩 横山	井之上 木村	小沢愉理 松岡	休診	休診
8	9	10	11	12	13	14
小沢愉理 中村河野 (15:30まで)	井之上 横山	小沢浩 大澤	井之上 木村	小沢愉理 松岡	休診	休診
15	16	17	18	19	20	21
休診	井之上 横山	大澤 小沢浩 (AMのみ)	井之上 木村	小沢愉理 松岡	休診	休診
22	23	24	25	26	27	28
小沢愉理 中村河野 (15:30まで)	井之上	小沢浩 大澤	井之上 木村	小沢愉理 松岡	休診	休診
29	30	31				
中村河野 (15:30まで)	井之上 横山	横山				

8月の診察予定

月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
			井之上 木村	松岡	休診	休診
5	6	7	8	9	10	11
小沢愉理 河野 (15:30まで)	井之上 横山	小沢浩 大澤	井之上 木村	小沢愉理 松岡	休診	休診
12	13	14	15	16	17	18
休診	井之上 横山	小沢浩 大澤	井之上 木村	小沢愉理 松岡	休診	休診
19	20	21	22	23	24	25
小沢愉理 中村河野 (15:30まで)	井之上 横山	小沢浩 横山	井之上 木村	小沢愉理	休診	休診
26	27	28	29	30	31	
小沢愉理 中村	井之上 横山	小沢浩 大澤	井之上 木村	小沢愉理 松岡		

*7~8月は医師の休診が多くなっておりますのでご注意ください。

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



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)

●水曜日13時45分~14時45分
(第2水曜日は休診)

担当：小沢浩

●月曜日14時~15時
担当：中村由紀子

*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

予防接種のお知らせ

●二種混合・MR(麻疹風疹)ワクチン・B型肝炎ワクチンが不足しています。

ワクチンの入荷状況によって、1回目接種の方や定期接種の期限が迫っている方を優先させていただくことがあります。ご予約が取りにくい状況が続いており、ご迷惑をおかけして申し訳ありません。ご理解ご協力のほどお願い致します。

●7月よりロタテックの取り扱いを開始いたします。ロタリックスとの違いは当院ホームページにご案内しておりますので参考にさせていただき、ご検討ください。

●各種予防接種行っています。

ワクチンのスケジュールや同時接種についてなど、不明な点や心配な点があればご相談ください。

◆予防接種は完全予約制になります。お電話でお問い合わせください。

TEL : 042-634-9008