

# こども通信

一年の半分が過ぎました。途中に改元や超大型連休もあり、何かと慌ただしかったように思います。

今夏も昨年のように猛暑になるのでしょうか。。。穏やかに過ごしたものです。

\* \* \*

先日、村上市で最大震度6強の地震がありました（新潟・山形地震）。大きさの割には被害が少なかつたようですが、改めて自然災害の怖さを思い起こしています。

これは私が勤務医をしていた所の近く。風光明媚な海岸線が続き、子どもと一緒にキャンプをしたこともあります。数年前にはマラソン大会に参加し、海のすぐそばを走っていました。そんな時にもし地震が起きたらと思うとゾッとします。



慣れてしまわないかな。本当に必要な時に「オオカミ少年」にならないよう、行政やそれを伝えるメディアもしっかりとほしいです。

実際にその時に、テレビ

のあるチャンネルには大きな文字で津波に備えて直ちに避難するよう求めるメッセージがあり、でも他の局では「警報ではなく注意報ですから、一応気をつけていて下さい」というアナウンスをしていました。

情報提供はその質も問題になります。ただ単に流せばいいわけではありません。

当地でも緊急地震速報があり、揺れが来る前に身構えることができました。これは技術の進歩ですね。でもその割には揺れもなく、津波も到来しませんでした。警戒する必要がありますが、しだいにそれに

災害は忘れた頃にやってくるとは言いますが、最近は忘れる前に、繰り返しやってきます。くれぐれも、「注意を。

**塙田こども医院**

小児科・アレルギー科  
上越市栄町 2-2-25  
TEL 025-544-7779(代)  
025-544-7779(保育室)  
FAX 025-544-8456

各種ネット予約  
[www.0255447777.com/i](http://www.0255447777.com/i)  
ホームページ  
[www.kodomo-iin.com](http://www.kodomo-iin.com)

## 感 染 症 情 報

**感染性胃腸炎**の流行が続いています。子どもたちは脱水や低血糖になりやすく、ぐったりしている場合は早急に対応する必要があります。これから夏場は食中毒による胃腸炎も発生しやすく、食品の衛生管理にもご注意下さい。

**りんご病**（伝染性紅斑）の流行はまだ続いています。子どもにとっては頬や腕などが赤くなるだけの軽い感染症ですが、大人の方がかかると発熱や強い関節痛がおきます。また妊娠中の女性が罹患すると流産するおそれがあります。

全国的に手足口病の発生数が増加し、警報レベルになっています。当地ではまだ少なめですが、夏場には流行が拡大します。今後注意していて下さい。

同じような夏かぜにヘルパンギーナがありますが、今のところは発生は少ないです。

**溶連菌感染症**や**アデノウイルス性咽頭炎**も発生しています。いずれも熱と喉の痛みが特徴です。

**R Sウイルス感染症**、**ヒトメタニューモウイルス感染症**、**マイコプラズマ感染症**による気管支炎の発生もあります。

**風疹**や**麻疹**の発生は当地ではありませんが、全国的には発生があります。子どもたちは2回の予防接種（1歳と小学入学前1年間）を確実に受けて下さい。大人の方も積極的に予防することが必要です。

く、その内容によつては混乱をもたらすことがあります。

私たち受け手の側も、情報の内容を正確に理解し、いたずらに不安がらず、適切な対処ができるように日々から備えておかなくてはいけませんね。

## 今 月 の 予 定

### 院長出務

上越市乳幼児健診 10日  
上越市休日診療所出務 15日  
市立谷浜小学校学校保健委員会 17日  
上越市夜間診療所出務 17日

**上越有線放送** 「健康ライフ」 18日  
**FM上越**「Dr. ジローのこども健康相談」

毎週木曜午後 1:20頃～(76.1MHz)  
**感染症情報** (毎週)  
FM上越：木曜午後 1:35頃～  
上越有線放送：月曜午後 6時～(番組内)

## 夏に多い皮膚トラブル

343号(2)

す。黄色ブドウ球菌という細菌が繁殖し、グチョグチョと汚い汁ができるようになってしまいます。

小児科外来は、その季節ごとに様相がかわります。冬場はインフルエンザを始めとした感染症のためにバタバタしています。夏場は大きな症状のできる感染症は少なくなり、比較的落ち着くのですが、皮膚のトラブルがとても多くなるのが特徴です。

**汗疹**（あせも）、**日焼け**が増え、そこに**膿痂疹**（とびひ）や**虫刺され**も多発。また**伝染性軟属腫**（水いぼ）の処置が多くなるのも夏場の特徴でしょう。

いずれもその時々の気候と大いに関係があります。

### ●あせもととびひの対処

幼児期の子どもの皮膚はとてもデリケート。汗をかき、皮膚が汚れるとすぐに赤くなります。赤いところは痒いので、そこを引っかくとますます皮膚の状態は悪化。さらに夏場の皮膚は抵抗力が弱くなっています。これがとびひでやすくなります。これがとびひで

あせもも皮膚の炎症があり、湿疹の一種です。赤くなっているところには湿疹の外用剤（副腎皮質ステロイド）を塗布します。サラッと塗れるクリームやローションタイプをよく使います。

とびひは細菌感染ですので、抗菌薬を使います。通常は外用薬ですが、広範囲になつている時には内服でも抗菌薬が必要でしょう。

いずれの場合も、皮膚を清潔にして下さい。昼間も汗で汚れていればシャワーを使つたり、手足だけでも洗つて下さい。

石けんも使って下さい。一方で、消毒薬は通常は使いません。きれいに洗い流すのが、一番大切です。

**G！たえずスベスベした肌になる**ようにケアしてあげて下さい。

### ●水いぼの対処

水いぼはウイルスによる皮膚の感

染症です。皮膚のバリア機能が未熟な幼児期から学童期にかけてよく見かけます。

弱いながらも**伝染力**があり、プールの季節では問題にされがちです。直ちにプール禁止ではないのです。が、タオルやビート板などを共有しないようとされています。

数年という長い目で見ればいざれ自然治癒するのですが、短期的には

で摘み取るという方法があります。痛みがありますが、ちょっと我慢を。小さいけれど多発しているタイプでは漢方の出番。ヨクイニン（ハトムギの成分）が皮膚を丈夫にし、次第に水いぼがなくなつていきます。数か月、長めにお付き合い下さい。

数が増えたり、お友達に移したりすることもあります。積極的な治療としてはピンセット

### 経験的漢方論(7)

## 子どもの便秘に大建中湯

私の大好きな「大建中湯」の話を続けます。お腹の血流を増やし、腸の動きを活発にします。最も効果があり、使われているのが開腹手術後。腸管の癒着を防ぐ効果が確かめられていて、腹部外科では手術後に使う事が普通になっています。

漢方は昔からあったわけですから、62年前に、私が受けた手術の時に使われていたなら、後の人生で腹痛に悩むことはなかったかもしれません。まあ、当時の外科手術の水準からは、生きているだけでも儲け物なのでしょうから、とくに恨み言をいつもりはありませんが。

そんな使われ方をする大建中湯ですが、便秘の薬として役立っています。

いわゆる西洋薬では、便を軟らかくする薬や、腸管の動きを促す薬を使います。それなりの効果がありますが、刺激が強かったり、薬をやめると元に戻つたりと、なかなかコントロールできることあります。

大建中湯は、体の中からお腹を温め、腸の働きを活発にします。自然と排便がうまく行くように働きかけてくれるので、便秘が解消したあとに休薬してもそのまま順調な排便が続くことが期待できます。

西洋薬のように腸管の動きを促しますが、過剰になることはありません。ちょうど良い具合になるとブレーキがかかります。

同じような漢方に「小建中湯」がありますが、こちらの方が美味しい（子どもではとくに大切！）ので、よく使っています。とくにほっそりした体型のお子さんには体力増強にもなり、より効果的です。