

病児保育室
サンクリキッズ より

新年度スタートして3か月……
 新しい環境に慣れるのに
 みんな 必死で過ごしてきましたよね。
 こころの疲れが出てくる季節です。
 おとなも こどもも
 予定のない日は だらーんとしましょ。



令和6年6月10日発行

住所 横浜市旭区柏町

★TEL 045-366-6821

サンクリニック通信
第五十一号

目次

病児保育室サンクリキッズより	1～6頁
子どもの目の日	7～8頁
アロマで虫よけ対策	9頁
お母さんのための小児外科シーズン3	10～11頁
お知らせ	12頁

お知らせします

新型コロナウイルスによる発熱外来の設置から約3年、地域にとって貴重な小児科発熱外来は、一定数の役目を果たしてこられたと思います。その発熱外来を終了し、今年度4月より小児科・病児保育室ともに新体制でスタートしました。保育室の利用予約は全てWEB予約にし、事前にかかりつけ医で4号様式の準備を済ませていただくことで、当日の受け入れをよりスムーズに、1人でも多くの方にご利用いただけるよう部屋作りも見直しました。6月のこれからは夏風邪が流行り、一年で一番利用申し込みが多いタイミングとなります。少しでも利用の可能性のあるご家庭は、早めの登録手続きをおすすめします。

病気のはじまり

子どもの病気…始まりは様々ですね。

鼻水が出るな～、咳ちよっとしてるかなあ…くらいだったのが、そのうちとうとう熱が出たー！ということが多いのでしょうか。

本来熱があっても元気で食欲もあり睡眠もとれているなら、1～2日はお家で様子を見て、3日目くらいに病院へ行ってみるというスタンスでいいのよ、とDr. は言っています。

確かに病気の初期では、何の病気か判断しにくい段階です。

それが3日目頃になると症状も出揃ってきており、判断材料が増えるので、より効果的な診察と処方出来るのです。



サンクリニックは横浜市委託事業の「医療施設併設病児保育室」です。「病気の子どもを預けるなんて…」という罪悪感が強い保護者様もぜひご利用ください。お電話は24時間受付です。心配な方ももちろん大丈夫です。でも不安は残るけど仕事もすくことは休めない、有給で足りないという病児保育室を利用してなんとか乗り切るしかない……というお苦しみもつらさ一度声をかけてください。

仕事は休めない

おうちの方が“働いている!”となるとそうもいきませんよね。病児保育室を利用するには、医師による利用連絡書(第4号様式)が必ず必要なので、初期の段階でも病院へ行かなければならず、とりあえず何かしらの病名がつけられることとなります。

中にはこうした流れに「しっくりしないなあ」と違和感を持つ方もいらっしゃるでしょう。時々「預けるには病院に連れて行かなければならない」と聞いて、「え～～！」とがっかりされる方もいらっしゃいます。「予約したらずぐ預けられると思ってた」と。



病児保育室って?

でもこの流れは病児保育室の特性上、とっても大切なことなのです。たとえ初期でも「ふつうの風邪とは違うぞ」と判断出来る病気もたくさんあります。そこを医師が見極めて指示をすることにより、病児保育室では感染力の強い病気の方を隔離保育室で預かることが出来るのです。こうした適切な部屋割りが出来ないと、「病児保育室で別の病気をもらってしまった…」という事態になりかねません。



病児保育室
ついでに
おむつ替え
お風呂
お食事

予約を取ったら・・・

さて、病児保育室の予約が出来たら翌朝の入室に備えてお子さんの経過を見守っててください。大事なのは症状を消さないことです。

熱が出ているのは、自分の免疫でウイルスや細菌と戦っている証拠、咳や鼻水は体への侵入を防ごうと必死で外へ追い出そうとしているため、嘔吐や下痢も同じことです。これらの症状を止める作用の薬で抑えつけても、結局は病気を長引かせてしまうことにつながってしまいます。熱が出たからといって慌てて解熱剤を使う必要もありません。身体の中でウイルスと戦っている白血球は、高い温度の方が活性化するのです。白血球に頑張ってもらうため、身体は熱を上げているのです。

熱が上がりがきるまでは温め、手足が熱くなったら寝具を1枚外して……そんな手当てで大丈夫です。

入室の様子

利用初日は朝 8:20 に来ていただきます。

まずは病気の経過について、予め記入いただいた「当日連絡票」と、かかりつけ医発行の「第4号様式」の内容をもとに、医師の診察がはじまります。その際には症状の気になる点も詳しくお話しください。どんな些細なことも大事な手がかりです。普段の様子と違うところ、どんな薬が出されているのか、熱が出てから何日経つのか、等々。そして必要な検査をさせていただきます。私たちにとっては、親御さんからのお話が大事な情報元です。この先考えられる可能性を何通りか予測しながら慎重に後を引き継ぎ、そして無事にお返しするお約束をすることが出来るのです。

実は保育施設で起こった睡眠中の不幸な事故について集計を取った結果、お子さんにとって預かり始めの時期（0～1歳児）が一番多いことが分かっています。この結果は乳児の疲労や環境変化に伴うストレスが、発症要因となっていることを示唆しています。更にお預かりするお子様は健康時とは違います。身体状況について出来るだけ詳細をお伝えいただけることがリスクを減らす大事なひとつだと考えています。



病児保育室ではお子さんの病状に合わせた看護保育をしています

おうちケア

- ・朝は元気に登園
- ・午睡明け38度の発熱、呼び出しを受ける。
- ・会社を早退してお迎えへ。
- ・そのままかかりつけ医受診、「風邪でしょう」とのこと。
- ・他症状はないので解熱剤のみ処方され帰宅。
- ・夕食はいつもの半分程度
- ・就寝時には38度5分、解熱剤を使って寝かせた。
- ・朝には36度台になったのでいつも通り登園。
- ・給食前にくったりし38度、呼び出しを受ける。
- ・病児保育利用連絡書（第4号様式）を取得するためかかりつけ医へ。
- ・「急性上気道炎」の診断
- ・病児保育の予約をする。

発熱のケース



おうちケア

- ・軽い咳が一週間程続いている
- ・が元気に登園はしていた。
- ・しかしとうとう発熱、咳も多く夜間は眠れない程。
- ・咳の様子や胸の音などにより「気管支炎」「喘息様気管支炎」などの診断。
- ・2日後、39度の発熱、再びかかりつけ医受診する。
- ・「気管支炎」の診断。
- ・食欲はあるが、咳込みが強
- ・く食事が喉に通らない様子。
- ・朝は解熱するが、夜になると高熱になるの繰り返し。
- ・自分で3日間看病していた。

発熱・咳のケース



おうちケア

- ・0歳時に熱性けいれんを2回起こし、以後予防薬のタイアップを処方される。
- ・保育園では37度を超えるとすぐに呼び出されるしまう。
- ・お迎え後は家でゆっくりさせていたが朝方には38度、タイアップを投与する。

熱性けいれんのケース



おうちケア

- ・熱もなく元気に登園したが、給食後に突然の嘔吐、呼び出しを受ける
- ・お迎え後も嘔吐止まらず、「感染性胃腸炎」の診断。
- ・保育園でも同症状の園児が多かった。
- ・起床後7時半 嘔吐あり、おしっこが少なめだった。

感染性胃腸炎の

ケース



病児保育室ケア

その後3日間39度台の高熱が続くが、食欲はあり水分も摂れているので、解熱剤は控えて様子を見てみることをお話しします。

・保育室利用3日目 午前中には平熱になり、午睡後腹部に細かい発疹が出現。診察の結果「突発性発疹」と判明。

*0歳〜1歳児は37.5℃以上を40度近い高熱が3〜4日続くと心配になります。

けいれんを起すお薬は必ず注意が必要。 「突発性発疹」と診断はされず、発疹が残っていても発熱は可能じゃ。

*高熱が続くようになれば、発疹・目やみの出現「麻疹」 「アピシノウイルス感染症」 喉の赤みやぶくぶく音「突発性発疹」など。 頬・目の充血や首リンパ節の腫れ、BCG接種後の発赤などの諸症状「麻疹」 「突発性発疹」などお話しします。

病児保育室ケア

・機嫌は良く早速遊び始めるが咳は絶えず出ている。

・食欲はあまるもの、咳込んで吐いてしまう。

・看護師が胸の音を確認。 やや喘鳴あり。

・4号作成医による吸入指示のもと、午睡前に吸入実施。

・布団の上半身部分を高くし傾斜をつけて寝かせた。同時に加湿器で湿度調整を行うことで症状和らぐ。しっかりと睡眠を確保できた。

病児保育室ケア

・入室時玄関先から酷い咳込みあり、肩で息をしている状態。 酸素飽和度を測定、正常範囲を下回っていることを確認、急ぎで診察の手配。吸入処置を行うが回復みられず、入院対応可能な病院を紹介する。 「肺炎」で一週間の入院となる。

・可能な限り対症療法で様子をみても改善がみられない時は再診をお勧めします。

・小児科のお子さんは検査「PCRウイルス」が判明したら、経過が長い場合は血液検査でレントゲン検査「肺炎」を起していることが分かることもあります。

・サンクリニックでは症状の進行具合に応じて、必要な薬を処方しています。抗生物質の薬も「ジュネー」という時しか出さず、その時はしっかりと飲んで治すようにお話しします。

病児保育室ケア

・入室時 38度2分 タイアップ投与から8時間後の熱経過により、2回目投与の判断予定。

12時 38度、

発熱持続していたため、タイアップ2回目投与。その後徐々に解熱、けいれん発作なく帰宅。

病児保育室ケア

・最終嘔吐から1時間以上経過していることを確認し、9時〜スプーン1杯の水分の摂取を開始。5分間隔で徐々に増量する。日中の摂取目標500cc。

嘔気も止まり、昼時点では十分な尿量も確認できたため、午睡後より固形物(おかゆ)摂取の許可がある。 夕方には泥状便あり。

便性の変化はウイルスを排出しているためであること、消化の良い食事にして経過を見守ることを迎える時お話しします。

*感染性胃腸炎は食事内容や少し見直せば数日で治ります。 水分の摂り方や食事の進め方をお伝えしていきます。 一方で、脱水症状が疑われる病状の方には点滴治療が施されます。この場合病児保育室ではお預かり出来ません。

サンクリキッズのご利用をお考えのみなさまへ

*ご利用には事前登録が必要です。(無料)

普通の保育園等とは違って、病気になって初めて、当日お会いしたばかりのお子様を長時間お預かりする施設です。安全のためにも病歴や身体状況をあらかじめ把握しておく必要がありますので、前日や当日の登録はお断りさせていただいております。余裕をもって手続きされることをおすすめします。



*かかりつけ医を受診してから予約をしてください。

前日中にかかりつけ医等の診察を受けて、書類(第4号様式)に記入してもらってください。詳しくは横浜市・サンクリキッズHP等をご確認ください。

既にご登録いただいているみなさまへ

●入室前の諸検査にご協力をお願いいたします

利用初日は、必ず当院医師の診察があります。入室のためには新型コロナウイルス検査の陰性の確認が必須です。更に症状により、必要な検査をさせていただきます。病児保育室内での二次感染を防ぐための、大切なお願いです。どうぞご理解いただけますよう、よろしくお願いいたします。

●令和6年度用登録用紙の更新をお願いいたします

横浜市利用登録票(第3号様式)・サンクリキッズ専用登録用紙です。HPよりダウンロード可能ですので、入室の際に提出してください。

登録は小学3年生になるまで自動更新されていますのでご心配なく

病児保育室 サンクリキッズ

検索



子どもの目



「6月10日」は何の日か「知っているか」
まだあまの知られていないかも知れませんが、「子どもの目の日」です。

2023年、日本眼科醫學會(日本眼科学会・日本眼科医会)は、将来ある子どもたちの視力の成長を見守り、目の健康を推進するため、「はぐもつー 6歳で視力1.0」という願いを込めて、6月10日「子どもの目の日」記念日を制定しました。

近年、学校教育でのデジタルデバイスに触れる機会が増えてきており、子どもの目の健康への関心は高まっています。

サンクリニック通信4月号で「子どもの目の発達と弱視について」は一度お話ししていますが、簡単に再掲します。

① 子どもの視力の発達：生まれたばかりの赤ちゃんは、まだはつきりした物を見ることができません。ほんのりと「まぶしい」「へらへら」なまぶしい明暗がわかるへらへら目で、目の前の母さんの手先がわかる程度です。生後2か月の赤ちゃんの視力は0.01で、次第に色の違いが分かってきます。生後3か月になる、視力は0.02になり、動くものを目で追うことができようになります。生後4か月の視力0.03、色覚がほぼ完成します。生後6か月では0.04～0.08、8か月では視力0.1、1歳でまぶつやへらへらになります。へらへらと物を見ることで視力は成熟し、生後1歳6か月では視力0.4、2歳では0.5～0.6で発達してきます。そして3歳では67%以上が、4歳では71.2%以上が、5歳では80%以上が視力1.0となり、6歳ではほぼ全員が成人の視力(1.0)に達します。

②

弱視の早期発見は大事：上記の視力が発達してくる6歳までの時期はとても大切な時期です。この時期に正常な脳の視覚領域が発達しなければ、生涯弱視(メガネやコンタクトをしてても視力が出ないこと)になってしまいます。視力が育って行く途中で、乱視、遠視(網膜の後方で焦点を結び状態)、遠くも近くもピントが合わない、不同視(左眼と右眼の屈折度数に差が大きい、いわゆるガチャ目)、斜視などになると、視力の発達が遅れます。これが弱視です。年齢が大きくなってから弱視の治療をしても視力の回復は得られず、手遅れ状態となります。また、私たちの目は左右2つあり、両目で物を立体的に見ています。両目で物を見る機能を両眼視機能と言います。この両眼視機能も視力と同じように、生まれてから両目で物を見るということで発達します。それが、片方の目に弱視などの問題があると、もう片方の良い目ばかり見ることとなります。この結果、弱視の側の目で物を見なくなると、弱視の側の目の視力は回復せず、両眼視もできなくなってしまう。弱視は6か月(満5歳)までに治療が開始されなければ、なかなか視力は回復できず、一生視力不良の状態になってしまいます。

③

横浜市の視力検査：3歳の時点で目の異常を発見するのは、上記の意味でもとても大切です。本当は3歳児健診で全員にスロットビジョンスクリーナーのような簡易屈折検査ができるのですが、費用などの面から実施されていません。現在は一次検査として幼稚園および保育園を通じて家庭でできる「視力と聴力の調査票」を配布、家庭で目と耳の検査を実施、書面審査で要検査対象者のみ連絡し、小児療育相談センター検査員(視能訓練士)による視力検査、屈折検査、斜視検査、眼球運動検査などを行っています。

コロナ禍を経て、子どもたちが外に出なくなり、学校でもデジタルデバイスを使うようになりました。近視が増えています。世の中になってきていると思います。電車の中でもおとなしくするために、2〜3歳の子どもにスマホ画面を見せている光景をよく目にします。家の中でもおもちやの遊びや、テレビやモニター画面、iPadなどを見せたり遊ばせることが普通になってきました。小学校に行くと女の子になると、授業でもiPadを使いますし、外遊びは以前より減っているように思います。また紫外線は悪者になってしまって、小さいころから紫外線除け

④ 近視の予防は紫外線：「外で過ごす時間が長い子どもほど近視になりやすい」というデータがあります。世界中の多くの研究チームが報告しています。オーストラリアのシドニーとシンガポールに住む中華系の6〜7歳の子どもの比較で、シンガポールの子どものほうがシドニーの子どもに比べて近視になる確率が8倍高いそうです。シドニーでは子どもの屋外の活動が1週間平均14時間なのに対し、シンガポールでは1週間に3時間しかありません。近視の予防のためには太陽光のバイオレットライト（紫外線の一部）を浴びることで、近視の進行を抑制する可能性の高い取り組みとして「太陽光を十分浴びる」とよいことが最近わかってきました。1000ルクス以上の光を1日2時間浴びることが近視を抑制するといわれています。これは直射日光であっても日陰の明るさ程度でもよいとされています。研究結果に基づき、世界の各国（台湾、シンガポール、中国など）で屋外での授業を義務化したり、屋外活動を行うよう法律で定めたりしており、それによって近視の子どもが減ってきたという実績が出始めているようです。

目を身にとって外に行ったりします。しかし、あまりよけすぎると目のためにはよくないのです。「子どもの目の日」記念日ができた理由をよく考えましょう。そして1日最低2時間は紫外線を浴びるようにしたいものです。とくに小さいころ、6歳視力1.0に到達する前に、視力獲得の妨げをしないように心がけたいものです。また、当院ではスポットビジョンスクリーナーというカメラのよくな器械で、小さい子どもの目の屈折検査を行っております。弱視のスクリーニングができますので、ご希望の方はお問い合わせください。

（小児科医・相澤扶美子）

ウェルチ・アレン スポット
ビジョンスクリーナー



アロマで虫よけ対策



アロマクラフトで虫よけと言えば、以前にサンクリニック通信で書いたスプレータイプものがありますが、体に塗るジェルタイプのものも作る事ができます。

手早くスプレーするのも良いのですが、スプレーは揮発性のため、効果の持続時間が短くこまめに塗り直しをするのが必要となりますが、腕や首筋などにシユッとスプレーして、軽く伸ばし広範囲に簡単に塗れるという利点ももっています。

一方、ジェルタイプはジェルに成分が練りこまれているため、一度塗ると効果が長い点に特徴があります。

今回はアロエブラジエルを使って、虫よけジェルを作ってみましょう。

アロエブラジエルとは、美白・保湿と医者いらずと言われるアロエブラの葉から採れるエキス配合のジェルで市販されています。

《作り方》

- ① 容器(遮光性の蓋の様なもの)にアロエブラジェルを入れる
50 ml
- ② ①にエッセンシャルオイルを入れる
 - ゼラニウム 4滴
 - シトロネラ 3滴
 - ラベンダー 2滴
 - ユーカリ 2滴
- ③ よくかき混ぜる
- ④ 出来上がりの

(注) 3歳未満のお子様には使用しないでください。

市販されている虫よけ剤より優しい使い心地と成分ですが、虫は精油の香りを嫌いますので穏やかにサポートしてくれるジェルだともいえます。

涼しいところで保管して1か月程度を目安に使い切ってください。今回はアロエブラジェルをベースにしていますが、代用としてグリセリンと重曹を混ぜてジェルを作ることもできますので、アロエブラジェルにこだわらなくても良いです。

今回、使用したエッセンシャルオイルのほかにシモンクマフ、ティトリー、ペパーミントもおすすめです。

ご自身の肌の敏感さに合わせて容量を変えてみたり好きな香りを楽しんでみたりするのも良いかと思えます。

(受付事務・浦部幸裕)



お母さんのための小児外科シーズン3：第一回

「お母さんのための小児外科シーズン2」(サンクリニック通信38号から50号)では、乳幼児によくみられる腸径ヘルニア・陰嚢水腫、臍ヘルニア、包茎、停留精巣、肛門周囲膿瘍、陰嚢癒着、裂肛・見張りのボ、肛門膜様狭窄症、臍肉芽腫・ポリープ、異物誤飲など「ありふれた日常的な外科的疾患」を取りあげました。この時期には、ほかに忘れてはいけない腹痛・嘔吐・便秘・腹部膨満を来す病気で、放置すれば命に関わる「急性腹症」という呼び名がついた大事な疾患群があります。代表的なものを表に挙げました。「お母さんのための小児外科シーズン3」ではこの小児の急性腹症のうち、よくある病気に ついて好発年齢の小さい順からお話していこうと致しま す。

◆肥厚性幽門狭窄症(ヒコウセイユウモンキョウサクシヨウ)

欧米では1000出生に2〜3人、我が国では少なくとも0.5人の発症頻度とされています。性別では4〜5:1の割合で男児(第1子)に多いのが世界共通で、家族内発生もあります。生後2〜3週ごろの胆汁を含まない嘔吐が始まり、1〜2週で増強し、鼻からも勢いよく噴水状に嘔吐するようになります。原因は幽門筋の肥厚のためミルクの通り道である幽門管が狭まくなり(図1)、十二指腸に流れず胃内に溜まったミルクを嘔吐します。出生直後ではこの肥厚はみられません。徐々に厚くなっていくのです。嘔吐しても飲みたがりますが、体重増加は芳しくなく、皮膚は乾燥してシワが多く、これをつまんで離すと戻りがゆるく、脱水症状の現れの1つです。病相期間が長引けば度重なる嘔吐のために、胃液を失うことにより血液中のナトリウムやカリウムそして

クロールなどが低下して電解質のアンバランスを来します。でも最近ではネット環境のおかげでしょつか、お母さん方も早めに検索して医療機関を訪れ、治療までの期間が短くなっているため、昔ほどの重症例は見かけないようです。

先のような症状から本症が疑われれば、お腹の触診で幽門部のしこり(オリープ・らっきょう)を触れることで見当はつきますが100%ではありません。確実に診断するにはもっぱら腹部超音波検査が用いられ、幽門筋の厚さが4mm以上、幽門管の長さ14mm以上が診断の目安とされています(図2・3)。患児が多少泣いていても検査が可能で、腫瘤の大きさも計測でき、しかもレントゲン被曝が避けられるのは強みです。診断がいたら、全身状態の評価ののち準緊急的に手術を計画します(翌日以降)。施設によっては硫酸アトロピンによる薬物療法を選択する場合もありますが、外科手術に比べて入院期間が長く、効果も100%でないところが難点です。

手術はラムステッド手術(粘膜外幽門筋切開術)と言って100年以上前の1912年(大正元年)に発表され、基本的には今も変わっていません。図4のように肥厚した筋層を切開して捻げるだけで、「通り」は改善して手術翌日から経口哺乳が可能となり、劇的に嘔吐は消失、術後5〜7日で退院できます。お臍を利用した開腹手術も腹腔鏡手術のどちらも傷跡はほとんど目立たなくなります。再発は滅多にありません。

(日本小児外科学会認定名誉指導医・八塚正四)

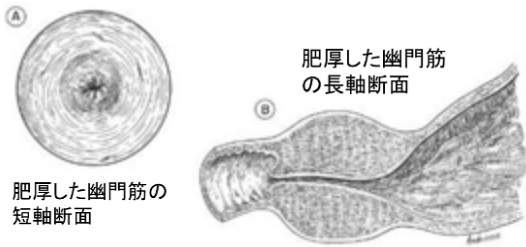


図 1 肥厚性幽門狭窄症の断面

(Raffenspeger J, et al: The acute abdomen in Infancy & Childhood, 1970より)

表 年齢区分からみた急性腹症を来す疾患

年齢共通	急性胃腸炎, 便秘, 細菌性大腸炎, 尿路感染症, 外傷(含虐待), 術後腸閉塞症, 内ヘルニア, etc
乳児(1歳未満)	肥厚性幽門狭窄症, 腸回転異常症, 腸重積症, 鼠径ヘルニア嵌頓, 卵巣腫瘍茎捻転, 心筋炎, etc
幼児(6歳未満)	腸重積症, 急性虫垂炎, Meckel憩室症, 鼠径ヘルニア嵌頓, 卵巣腫瘍茎捻転, 精巣捻転, IgA血管炎, 心筋炎, etc
学童(6~15歳)	急性虫垂炎, 卵巣腫瘍茎捻転, 排卵痛, 精巣捻転, 尿路結石, 胆石症, 消化性潰瘍, 潰瘍性大腸炎, IgA血管炎, etc

小児科当直医マニュアル16版,p86,診断と治療社,2024 & 浮山越史,他:日外会誌121(5):492-96,2020より改変引用

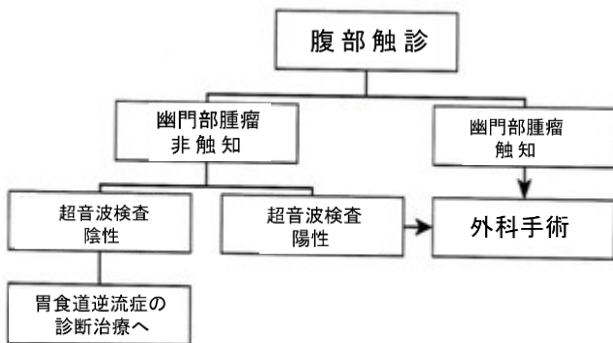


図 3 肥厚性幽門狭窄症の診断手順

(Hernanz-Schulman M, et al: IHPS in infants & children; Evidence-Based Emergency Imaging, P563, 2018より)

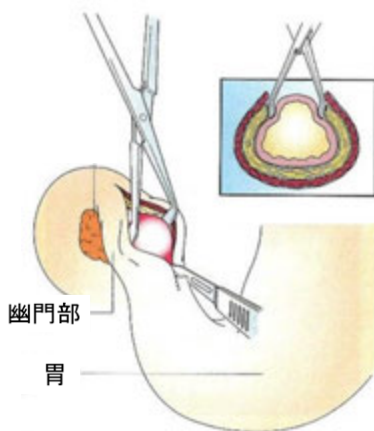
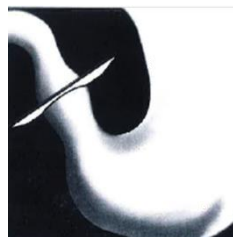


図 4 ラムステッド手術(粘膜外幽門筋切開術)

(Mulholland & Greenfield's Surgery,7th ed,p1751,2021より)

短軸断層



厚さ >4mm

長軸断層



幽門管長 >14mm

図 2 肥厚性幽門狭窄症の超音波検査所見

お 知 ら せ

☆夏休みは下記の通りです。

お薬等の確認をお願いします。



内科 8月11日(日)～18日(日)

小児科 8月11日(日)～18日(日)

保育室 8月10日(土)～18日(日)

はお休みです。

内科、小児科は 19日(月)から通常通り診療します。

保育室は 19日(月)から通常通り開所します。

