



こどもの四季

第2号
2019年
10月1日発行

編集: 副院長 岡本友樹



季節の変わり目は体調を崩しやすいので注意しましょう！

まだまだ暑い日もありますが、少しずつ朝夕は涼しくなり秋を感じる季節となりましたね。今回の「こどもの四季」は10月から接種が可能となるインフルエンザワクチンについてと子育てカフェの紹介、クリニックで新しくできるようになった目の検査についてです。

インフルエンザワクチンについて



毎年、話題になるインフルエンザですが、今年は早くも沖縄での流行がみられ、福岡市内のある幼稚園も9月に学級閉鎖になったと報道されました。今年は例年よりも少し早く流行するかもしれません。インフルエンザは高熱や倦怠感、頭痛・関節痛などの全身症状が強いことが特徴で、いわゆる「風邪」と比べると「重くなりやすい感染症」です。

昨シーズンは全国で1,200万人がインフルエンザで医療機関を受診したと推計されており、うち4割が15歳未満のお子さんでした。まだインフルエンザ脳症は223例が報告され、69%が10歳未満の小児でした。

インフルエンザが重症とならないためには、暖かくしてゆっくりと休み、少しずつで良いので水分・栄養を摂ることです。その上で抗ウイルス薬（タミフルなど）を使用し、症状悪化時には早めに医療機関へ相談していただくことが重要です。

インフルエンザワクチンの予防効果は30~50%とされており、他の病気のワクチンと比べ効果は高くありません。また1歳未満の乳児では効果はさらに低いと考えられています。一方で、脳炎などの重症化を予防できるとされています。ワクチン接種による重い副反応は0.0002%と非常に稀ではありますが、平成29年度には接種後の死亡例が9例報告されています*。

当クリニックでは、慢性的な病気を持つお子さんや65歳以上の方へのワクチン接種を勧めており、健康なお子さんへの接種を強く勧めることはしていません。

なおワクチン接種は10月の2週目から開始予定で、当クリニックでは1回4,000円(税込)です。6か月~12歳までは2回(2~4週間空けて)、13歳以降は1回です。予約が必要となりますので、希望される方は受付へお声かけください。また、ワクチンの効果や副反応について、気になることがあれば医師へご相談ください。(副院長)

*最終報告ではアナフィラキシーの1例を除き、ワクチン接種と死亡の関連は明らかでないとしています。

目の検査ができるようになりました

お子さんの目の見え方や視線が気になったことはありませんか？
子どもの目の病気には弱視、斜視、屈折異常などがありますが日常生活では気づけない場合も多いと言われています。3歳児健診で指摘された目の異常の頻度は弱視 1.5%、斜視 2.5%、屈折異常 3.9%と報告されており、約50人に1人のお子さんに目の異常がある可能性があります。

当クリニックでは9月より新たに目の検査機器を導入しました。6か月以上のお子さんであれば簡単に実施可能です。スクリーニング検査という早期発見を目的とした検査なので、異常がみられた場合には眼科での精密検査が必要となります。

検査を希望される場合は、診察時に医師へご相談ください。

(副院長)



院長コラム

”地域の”小児科開業医ということについて

私は、24年前に舞松原5丁目（2015年5月に青葉2丁目に移転）で小児科クリニックを開業した時に、「地域の小児医療に貢献したい」と宣言しました。”地域の”ということは、地域で暮らす子どもたちの生活に根差した、という意味です。病院やクリニックに来る子どもたちは、発熱、咳、嘔吐、下痢、痛み、発疹などさまざまな症状をもっています。子どもたちはなんて弱い存在なんだろうとつい思ってしまいます。でも、弱いと思っていた子どもたちは、家庭や保育園・幼稚園、学校では、跳ね回り、飛び回り、遊んだり勉強したりととっても元気な存在です。小児科医は、そういう子どもたちを病気の時も元気な時も知っておかなければいけないし、見つめていきたいと思っています。

多くの小児科クリニックは、保育園・幼稚園の園医、小学校・中学校の校医をしています。当クリニックも現在二つの学校、一つの幼稚園、二つの保育園、そして三つの小規模保育園の園医を受け持っています。これらの保育園・幼稚園・学校に出かけて行う健診は年に40回程度になります。園や学校で元気な子供たちに会うのは大変楽しみでもあります。でも一人で診療していると院外健診に出かけている間はクリニックの診療を止めなければいけません。今年から副院長と二人で診療することになり、診療をストップする必要がなくなり、安堵しているところです。（院長）

子育てカフェ♪

私(副院長)は2児の父ですが子どもを育てるって、本当に大変ですよ。最近では子育てや子ども病気についてテレビやインターネットを通していろいろな情報が入ってきます。どれを信じて良いのか、本当に正しい情報なのかなど悩んでしまいますね。病気についても短い診療時間で、体調の悪いお子さんと一緒では十分にお話をする余裕もありません。

そこで10月から毎月第2火曜日の午後「子育てカフェ」を開催することとしました。子育てカフェでは毎月のテーマを決めて院長、もしくは副院長からお話しします。その後は1時間ほど参加者の皆さんと日頃気になっていることなどを話す時間にします。ざっくばらんに、楽しくお話をする機会になればと思います。参加費は無料です。

10月は「インフルエンザとワクチン」がテーマです。詳細は院内に掲示しておりますのでご覧になられてください。参加を希望される方は受付へお尋ねください。（副院長）

お知らせ♪

10月の2週目からインフルエンザワクチンの接種を開始します。

【ローズホールイベント】

子育てカフェ

日時：10月8日(火) 13時～14時半

参加費：無料

内容：インフルエンザとワクチン

タティングレース教室

日時：10月26日(土) 13時～15時

参加費：1,000円/人（材料費）

Rose Memory

和顔愛語

仏教のお経に出てくる言葉で、わがんあいごと、またはわげんあいごとと読みます。和顔とは「和やかな笑顔」、愛語とは「優しく思いやりのある話し方」のことだそうです。嫌なことや辛いことがあったときも、笑顔と優しい言葉で接する姿勢が「和顔愛語」なのだそうです。とても難しいことですが、少し実践してみると、お互いに優しい気持ちで明るくなれるかもしれませんね。本当かはわかりませんが、笑顔で健康になれるという研究もありますからね。



おかもと小児科クリニック

〒813-0025

福岡市東区青葉2丁目8番34号

TEL: 092-691-0012

FAX: 092-691-0013

HP: <http://おかもと小児科クリニック.com>