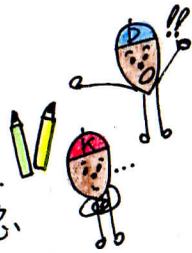


# 研修レポート

NO.4.

2012. 8. 27 発行 福島恭子・大森志穂



去る 8月2日(木). 保育をお休みさせていただき、研修会に参加してきました。  
研修テーマは「乳幼児の健康管理」。講師は、小児科医の山田真先生。  
著書も多数です。ご存知の方からいうかもしれません。(山田先生、ご自宅は、西東京市だそうです!) 登壇から、3時間。且から鱗のお話ばかりで、子どもの病気について、考え方が、すっかり変わりました。

## 子どもの病気の大半はうつる

病気の原因

- ウイルス ... 病気の原因の90%以上
- 細菌 ... 例: 溶連菌
- マイコプラズマ ... ウイルスにも細菌にも分類できない

ウイルスが原因の発疹を伴う病気は、100個程もあるそうです。その中で、名前がついているのは、わずかだそうです。(水ぼうそう、ヘルパンギーナ...)

道理で、「子どもの発疹が気になるので、お医者さんを受診したのですが、何だか分からない(病名がつかない)そうです。」ということになるわけですね。

ヒトの体は、細菌と共存しており、その栄養源になっているそうです。そして、ウイルスは、どこにでもいて、たれかに棲みついていると生きられないのだそう..

免疫の力が落ちると、病気としてあらわれるのですね。

## 子どもの病気のはほとんどは、風邪

ウイルスが原因の発疹を伴う病気の一つ

である「手足口病」も夏風邪の一種です。風邪というのは、便利な病気というのが、症状が様々で難しい病気というのが... 病名だけで、大したことはないとか重症だとか、安易に判断してはいけないなと思えました。

## 子どもの平熱???

どんぐりこころでも、保護者の方に、「お子さんの平熱は何度ですか?」とお尋ねしています。

ところが、山田先生は、あっさり「子どもに平熱はあるのでしょうかね...」とおっしゃったのです。夏は特に外気温や水分摂取量の影響で、体温が上がりやすいのだそうです。乳幼児は、恒温動物になりきれしていないのです。

## よく見ると

病名でも熱でも安易に判断することのできない子どもの病気。それでは一体どうするか? 薬でしょうか。ところが、ウイルスを完全にやっつける薬はないのです。抗ウイルス薬は、症状のある期間と短かく

するだけで、病気を移さなくするわけでもありません。

山田先生によると、どうやら、子どもをよく見ながら、病気と上手につき合っていくのが、例えば、下痢や嘔吐、とち気になるのが多い。時間をかければ自然と治るという事。  
(※ただし、脱水にならないように、どう保水するか重要!!)

とは言っても、体が正常な状態ということではありません。下痢や嘔吐の場合は、体の防衛反応として、体の中に入った異物を出しているということ。無理に止めずに、つき合うことだそうです。0-157の場合は下痢止めを使用するほど、重症化するという事例もあるそうです。

病気の予防という点では、うがいも、薬は使わず水うがいの方がいい。なぜなら、薬うがいをすることで、悪い菌から体を守ってくれている良い菌まで殺してしまい、却って風邪をひきやすいのだそうです。抗菌グッズが一時流行しましたが、これも、うがい薬と同じで、必要ないそうです。

まだまだ、お伝えしたいことがあります。今回はこのくらいにしておきます。最後に、「うちの園さや色より、子どもの顔を見る!!」  
「子どもの病気に怖いのは、事故の怖い」 印象的な言葉でした。