



# こどもクリニックニュース

NO. 183 平成27年4月1日発行  
ともながこどもクリニック

## 院長の予定 (平成27年5月まで)

4月	3日	(金)	3ヶ月健診	加須・保健センター
	13日	(月)	3才健診	騎西・保健センター
	15日	(水)	1才半健診	加須・保健センター
	22日	(水)	内科健診	水深小
5月	13日	(水)	内科健診	水深幼稚園
	20日	(水)	内科健診	水深小
	22日	(金)	3・9ヶ月健診	騎西・保健センター
	27日	(水)	内科健診	にしき保育園
			9ヶ月健診	加須・保健センター

これらの日は午前の受付を12:00前に締め切ることがあります。  
また午後の診療開始時間が多少遅れることがあります。

## 休診の予定

4月24日(金)、25日(土)  
勝手ながら、臨時の休診といたします。

水曜日は、一日休診です。



## 小児科休日診療の予定

平成27年5月までの当番一覧です。  
診療は9:00~12:00です。

月	日	曜日	当番医
4月	29日	(水)	ともながこどもC
5月	3日	(日)	中田病院
	4日	(月)	加藤こどもC
	5日	(火)	ともながこどもC
	6日	(水)	加藤こどもC

4月~10月までは、祝日のみの診療となります。  
当番は変わることがありますので、ご利用の際は加須市の広報誌やホームページで最新情報をご確認ください。

## 感染症の情報

3月に目立ったのは胃腸炎(嘔吐、下痢、発熱)とおたふくかぜ、溶連菌感染症でした。水痘は、ワクチンの定期接種の効果で大きな流行は見られなくなりましたが、散発的な発生は続いています。ワクチン接種歴のないお子様、又はワクチンを1回しか接種していないお子様の間で、今後も小流行が続く可能性があります。3歳以上の方は有料になりますが「2回接種」をお勧めします。

3月はリンゴ病もやや目立ちました。リンゴ病は顔の発赤と四肢の発疹・発赤が特徴です。感染症ではありますが、周囲へ感染するのは発疹が出る前ですので予防することが不可能な病気です。

加須市内では、今シーズンのインフルエンザの流行は終わりました。周辺ではまだ散発的に発生しているようです。

## スギからヒノキへ そして雑草へ!

スギ花粉だけのアレルギー症状なら、そろそろ楽になるはずですが、4月になってもひどい症状が続く人はスギ以外の花粉にもアレルギーがある可能性が高いです。

4月に入ると、スギ花粉と入れ替わるようにヒノキの花粉が飛散します。5月にはブナやシラカバの仲間も咲きはじめます。また春になると道端や空き地で、雑草も元気に育ち、花を咲かせます。いろいろな植物の花粉がアレルギーの原因となります。

飛んでいる花粉が何であっても、花粉対策の第一番は「花粉を避ける」ことです。

外出するときは、マスクやメガネ、帽子などで花粉を目や鼻に入れないようにしましょう。



新学期です。

保育園や幼稚園の年長さんは、MRワクチン（麻しん風しんワクチン）を計画しましょう。

MRワクチンは1歳台および就学前1年間の合計2回の接種です。就学前の接種のタイムリミットは3月31日です。



### 「舌下免疫療法」体験談

私（院長）自身もかれこれ20年近く、スギ・ヒノキの花粉症に悩んできました。昨年、舌下免疫療法薬が新発売されたので、11月中旬から服用を開始しました。以後5ヶ月が経過し、スギ花粉のピークが終わりましたので、私の体験談を紹介します。あくまで「**個人の感想**」です。

私の花粉症の症状は、ごく一般的なくしゃみ・鼻水・鼻づまり・眼の痒みで、辛いのは2月から4月くらいまでです。皆様に処方するのと同様の内服薬や点眼、点鼻薬を使い、布団や洗濯物は家族の協力で室内干しにしています。それでもこの時期は、診察中はマスクを着用しないと仕事に集中できませんでした。マスクを着けるとメガネが曇るし言葉が不明瞭になって不便ですが仕方がありませんでした。

去年は花粉が少なかったのでマスクは不要だったのですが、今年は花粉が多かった？にもかかわらず、マスクを着けなくて仕事をすることができました。薬は毎年同様に服用していますが、点眼・点鼻の回数は少なくなりました。私には舌下免疫療法が有効だと感じています。今後も数年は継続するつもりです。

舌下免疫療法はすべての方に効果があるわけではない、と言われていています（有効率8割）。当院を受診されるお子様の保護者の方から、免疫療法の質問を受けることがありますが、多くの方が今のところ「お悩み中」とか「様子見」のような印象です。私も最初は半信半疑でした。

免疫療法の効果は、実際にスギ花粉のシーズンを経験しないと分かりません。即効性はないと言われていていますし、定期的な通院と治療費が必要ですが、長く悩んでいる方の場合、一度試してみる価値はあるようです。とりあえず私のようなパターンで、9月頃から半年くらい、次のスギ花粉のシーズンまで体験してみたいかがでしょうか。効果が全くなかったと感じたら中止すればよいだけの事です。

夜間や休日の子供の急病対策は？

### 埼玉県小児救急電話相談（#8000）

家庭での対処法や受診の必要性について、看護師が電話相談に応じます。

### こどもの救急（日本小児科学会）

診療時間外に医療機関を受診したほうが良いかどうかの判断の目安をホームページで提供しています。

<http://kodomo-qq.jp/>

当院のホームページにも

「夜中の急病 どうしたらいいの？」

というタイトルで発熱や嘔吐した時の対応を紹介しています。ぜひご覧ください。



当院のホームページ



<http://tomonaga-kodomoc.jp>

このクリニックニュースもご覧いただけます。

クリニックニュースの無料郵送サービスもしています。

郵送をご希望の方は、受付でお申し込み下さい。

反対に現在郵送サービスを受けている方で、「ネットで読めるから郵送は不要」という場合は、ご連絡いただければ幸いです。



加須市下高柳 1633-1

TEL0480-66-4150