

病児保育室

サンクリキッズ より

新年度が始まり3ヶ月が経ちますね。

新しい環境に少しずつ慣れてきた頃でしょうか。

夏本番を迎える前に、ひと呼吸おいて

気持ちを立て直しておきたいですね。

令和元年七月一日発行

住所 横浜市旭区柏町

★TEL 045-366-6821

サンクリニック通信

第四十一号

目次

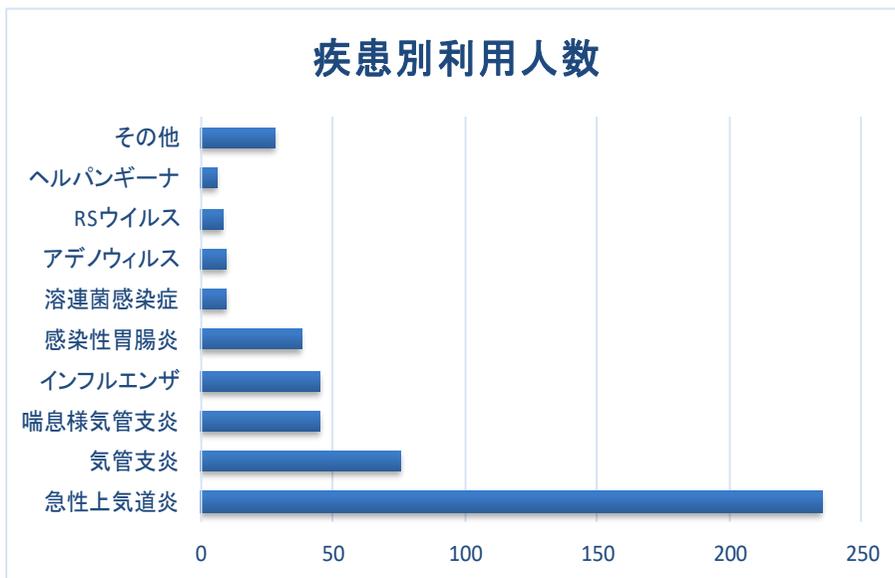
病児保育室サンクリキッズより	1～4頁
『クランマ小児科医の育児百科』	5～6頁
ゴキブリを知る	6～9頁
おかあさんのための小児外科・第四回	10～11頁
お知らせ	12頁

2/16 (土)・4/6 (土) に
見学会を行いました！

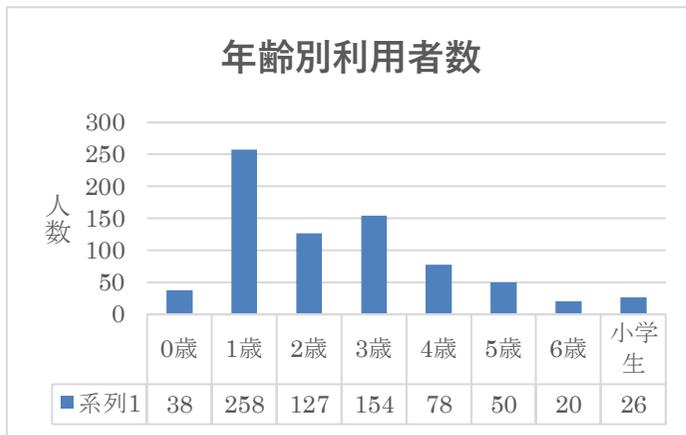
両日とも天気に恵まれ、たくさんの方々が
見学会に足を運んでくださいました。
こちらからの説明を熱心に聞いてくださり、
数多くの方々が登録してくださいました。
本当にありがとうございました。
見学や登録は随時行っておりますので、
ご希望の方はお問合せください。登録のみ
でしたら郵送でも受け付けを行っております。
よろしく願い致します。
今回は昨年度の実績報告を次のページにて
お知らせさせていただきます。



左のグラフは昨年の4月～今年の3月までの利用者数を月ごとにまとめたものです。
 シーズンごとや流行によって、波があることが分かります。
 1月のご利用は、インフルエンザが流行したため、過去最多の人数でした。



ご利用者の疾患が一番多かったのが、急性上気道炎（いわゆる風邪）でした。
 次に気管支炎や喘息様気管支炎などの気管支系の疾患が多かったです。
 年度ごとに流行状況に変動はありますが、急性上気道炎だけは変動はなく、毎年度最も多い疾患になっています。



こちらのグラフは、ご利用者の年齢をまとめたものです。

初めて集団生活に入られるお子様たちの年齢（特に1歳児）が多く、年齢の大きいお子様は徐々に免疫力もつき、病気にかかることも減ってきますが、インフルエンザなど流行する疾患の時にはご利用されています。

1日お子様をお預かりするにあたって、保育室ではこんな取り組みをしています。

- * 馴染みやすく、年齢に合わせたおもちゃや手作りおもちゃを揃えています。
- * 1日の最後には、必ず使用したおもちゃやお部屋等を拭いて消毒しています。
- * 食事では体調に合わせて量を調節したり、一人ひとり間違いがないようにトレーにのせて配膳したりしています。
- * 投薬は間違いがないようにきちんと確認します。スプーンの上で粉薬を少量の水に溶かしたり、団子状にしたりと、その時のお子様の状態をみながら工夫して服薬させています。

「えらかったね」「頑張ったね」とたくさん褒めてあげることは忘れません！

- * 午睡のときは症状によって上半身を高くしたり、気温や湿度に気を配りながら身体を休められるように努めています。

症状や体調によって、その時々でお子様にあった取り組みをしながら、大切なお子様を1日しっかりと専任保育士と看護師が看護保育させていただいています。

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させていただき施設です。安全のためにも病歴や身体状況をあらかじめ把握させていただく必要があります。余裕をもって手続きされることをおすすめします。

*かかりつけ医等の診察が必要です。

朝起こしたら熱があったから…とって予約だけ取っても、そのままご利用することは出来ません。必ずかかりつけ医等の診察を受けて、書類(第4号様式)に記入してもらい、持参していただく必要があります。詳しくは横浜市・サンクリニック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

●保育室予約と小児科予約は別です。

保育室の予約はあくまで入室予約です。予約確定しても書類(第4号様式)がない場合は、入室前にかかりつけ医の受診が必要です。サンクリニック小児科の受診を希望される方は、保育室予約と同時に小児科予約もしてください。

また医療機関受診の際は、書類(第4号様式)を持参してください。

●キャンセルの締め切りは7:30です!!

時間に遅れるとキャンセル待ちの方へ空きの連絡をすることが出来ません。

スタッフの手配も無駄になり運営に大きく関わります。(切実です!)

お忙しいのは十分承知しております。

どうぞよろしくお願いいたします。

病児保育室 サンクリキッズ

検索

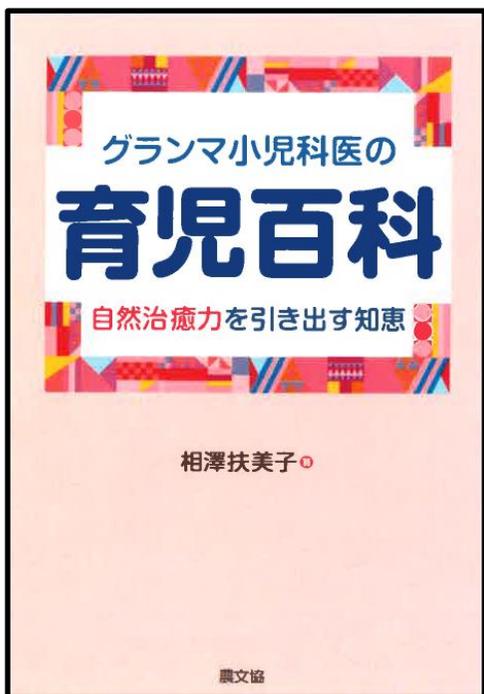


(保育士 上野奈緒美)

にうけてきたこと、悩んで解決してきたことをまごめていきます。私の子育ての目標は「自分の子どもが親になったときにも、その子ども（私の孫）を健康な子どもに育てることが出来る大人に育て上げよう」でした。今、まさにその時期ですね。私も育ててきたかと思っても、実は子どもも親として育てられてきたのです。その医師としての謙虚さと子育てられたことでもよいのではなからうと思えます。

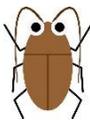
あとがきは娘たちのあゆみの会話が載せられています。ななめはななめだったのだなあと感じました。ちょっと恥ずかしくはありますが、このよきな本を出せたことは自分でも嬉しいと思っております。

このころ書きたいことがたくさんあるのだけど、まずは子育ての機会を与えてくれた出版社の方に本当に感謝しています。育ってくれた子どもたち、患者さんたち、親御さんたちにも感謝です。たくさんの方に育児の参考や、迷った時のバイブルとして置いておいていただき、何かあったら読んで参考にしたいだけなんです。ぜひ読んでほしいです。



トキブシを知る

トキブシは、徳の千万年前には存在していたといわれる最古の有翅昆虫(ゆいしん)たち(ちゅうしん)のひとりながら、多くの人が最も嫌いな害虫として挙げられる嫌われ者です。トキブシは見た目が不快なだけでなく、病原菌の媒介やアレルギーの原因にもなるので特にこの季節には注意が必要です。今回はトキブシについて詳しく勉強してみよう。



●トキブシの種類

トキブシの種類は、黒褐色で全国に分布し、一般家庭で多く見られるトキブシ(卵の入りした鞘)中の卵の数は200〜300個。一生に1〜2回の卵鞘を産み、成虫は約1ヶ月生き残ります。

トキブシは、日本固有種で北海道と本州に分布し、屋内でも屋外でも見られます。卵鞘中の卵数は平均120個。一生に平均して4回の卵鞘を産みます。雌は羽が短く、腹部の中央までしかありません。

トキブシは、日本における屋内外に分布してはもともと大型です。もともとは九州から沖縄にかけてしか生息していませんでしたが、ビルが増設や温暖化により急速に分布を拡げ、現在は沖縄から北海道まで広く見られます。卵鞘中の卵数は約100個。一生に10〜20回の卵鞘を産みます。

トキブシの種類

トキブシは、黒褐色で全国に分布し、一般家庭で多く見られるトキブシ(卵の入りした鞘)中の卵の数は200〜300個。一生に1〜2回の卵鞘を産みます。雌は羽が短く、腹部の中央までしかありません。薬剤に対して抵抗性を持つものも出現し、成虫は約1ヶ月生き残ります。

●「コキブリ」の生態

〈不完全生態〉

蚊やハエなどと異なり、「コキブリ」にはサナギの時期がありません。世代が非常に長く、親になるのに大型のクロ「コキブリ」では半年〜一年、小型のチャバネ「コキブリ」では40日かかり、一年中発生します。

〈雑食性〉

何でも食べ、特に流しのすみじまにたまった「ミヤカス台」にたまった汁や油などは絶好の食べ物です。糞便やタンなどの汚物、動物や昆虫の死体なども食べ、エサが無ければ共食します。

〈水を好む〉

エサがなくても水をさえあればかなりの期間生存します。逆に言えば「コキブリ」が生存するには水が必須です。

〈夜間行動〉

暖かい場所を好み、昼間は暗くて狭いすき間にひそんでおり、主として夜間に活動します。昼間に1匹見かけたらその家には100匹いるといわれるくらい、夜間に活動するのです。

〈群居性・隅走行性〉

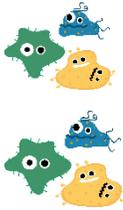
仲間・親子共々群れをつくって、目のつかない場所に潜んでいます。またコーナーをつたい、物のへりにそって歩きます。

〈潜伏性〉

集合フェロモン(メス)により、昼間は一定の場所に潜んでいます。潜伏場所は、暖かい所・暗い所・エサに近い所・湿気のある所・狭いすきま等です。

●「コキブリ」の害

- ・病原菌の運搬(サルモネラ菌、赤痢菌、ポリオウイルス)。
- ・糞、死骸などがアレルギーになる。
- ・見た目、突然の出現、不潔などによる不快感。



- ・食品を食べ、書籍を汚す。
- ・電気系統の障害(ショート)を引き起す。

●「コキブリ」を部屋に寄せつけないための対策

〈部屋をすき間に掃除する〉

脅威的な繁殖力をもつ「コキブリ」は、食べかす・埃・髪の毛・「ミ」など、部屋じゅうのありとあらゆるものを食べて生き延びます。しっかりと部屋を掃除し、清潔な状態を保つようにしましょう。

〈侵入口になる部屋のすき間を埋める〉

「コキブリ」はわずか数ミリのすき間からでも侵入するため、窓は開けっぱなしにせず、網戸をしつかり閉めることはもちろん、ドアや網戸とサッシの間の隙間、玄関受けのわずかな隙間にも要注意です。網戸の補修に使われるすき間テープで埋めるだけで、「コキブリ」だけでなく小ハエなどの虫も入り込みにくくするようになります。

窓やドア以外で考えられる侵入口としては、エアコンのホースや換気扇・風呂やシンクの排水溝などが挙げられます。エアコンや換気扇が作動していない時は「コキブリ」が自由に入りにできてしまうので、フィルターやストッキングを使ってカバーしましょう。取り付けれない場所には置き型式駆除用品を使い、部屋への侵入を阻止しましょう。

〈既にいる「コキブリ」を退治する方法〉

部屋にいるのが分かっている時は、置き型式殺虫剤の使用を中心に駆除しましょう。フタリタイプの殺虫剤は「コキブリ」を一時的に対処するのには効果的ですが、「こむらり」の巣が残ったままの状態では根本的な解決にはなりません。置き型式は置いた日から3〜6ヶ月程度効果が持続するものが多いので、その間に「コキブリ」の巣にいる幼虫や卵まで退治するのを目指します。

市販の殺虫剤には様々な種類のものがありますが、「コキブリ」だけ



でなく、卵も同時に駆除するためには、「フイプロール」の成分を多く含む殺虫剤を選ぶ必要があります。フイプロールは、卵を持っている雌の「キブリ」その卵の両方に効果を発揮します。また、薬剤の効果が出るまで時間がかかる点もポイントです。毒餌を食べたから巣に戻ったように「キブリ」が死ぬと、今度は仲間の「キブリ」がその死骸や糞を食べることで、連鎖的に「キブリ」を根絶することに繋がります。置き型式駆除用品は「キブリ」の侵入口になりそうな場所や一度見かけた場所のほか、家具のすき間や流しの下などに設置しましょう。駆除用品の周りには、他に「キブリ」が好みそうなものを置かないようにすると効率が高くなり「キブリ」を誘い出すことができます。

＜「キブリ」がいない状態を長く保つには＞

生ゴミや食べ残しをしばらく放置していたら、その臭いに誘われて「キブリ」が部屋へ侵入してくる場合があります。臭いが漏れないように蓋つきのゴミ箱を使用し、食材はしっかりと密封して保存しましょう。

＜部屋の中に植物を置かない＞



葉や幹、土の部分に卵を産みつけられることがあるため、観葉植物は極力部屋の中に飾らないことをおすすめします。プランターの底にたまった水も、「キブリ」に水を飲みに来られないようにこまめに替えましょう。ハープ類は「キブリ」が嫌うものもありますが逆に引き寄せてしまうものもあるので、購入前によく確認しましょう。

＜段ボールを置かない＞

実は、段ボールの中も「キブリ」にとっては最適な環境。保温性があり、卵を育てるのに適した環境であるため、段ボールの隙間に入り込む「キブリ」もいます。部屋に不要な段ボールがそのままになっていたらよく処分しましょう。

＜駆除方法＞

「キブリ」の駆除で一番大切なことは「キブリ」の住めない環境を作ることです。

- ① 食品は容器に入れ、きっちりのフタをしておきましょう
- ② エサになりそうな「ミ」類は蓋つき「ミ」箱に入れておきましょう
- ③ 台所周辺の整理整頓をこつこつおこない
- ④ 砂粒のような黒いフン・排泄物がたかたかある場合は口には駆除して取り除いておきましょう

＜器具を使用した駆除方法＞

「キブリ」の通路に市販の器具を仕掛けるとおこなうことができます。粘着テープ・トラップなどがあります。薬剤による駆除を同時に行えない層効果があります。

＜薬剤を使用した駆除方法＞

まず、「キブリ」の出没箇所を調べることが大事です。

- ① 塗布する方法：引き出しの奥、流し台下、調理セットの壁の間などの生息場所や出沒箇所市販の薬剤を帯状に塗布します。

- ② 煙霧する方法：市販の煙霧用薬剤を使用します。一番手軽な方法ですが、残効性（薬剤の持続性）がないので他の方法と併用したほうが効果があります。

- ③ 毒エサによる方法：エサになるような「ミ」を片付けた後、市販の毒エサを「キブリ」の通路にしかけておきます。

- ④ 直接噴霧方法 生息場所や出沒箇所を中心として市販の薬剤を散布します。

＜注意すること＞



噴霧・散布する場合、使用に先立ち食べ物・食器・ペットなどを別の部屋に移しておきます。薬剤を希釈する場合は必ず正確に使用し、残ったときはその都度処分しましょう。

使用後は、手袋類はもちろんだ、容器や器具は石鹸を用いて十分に

洗浄しておくことが大切です。
 薬剤は乳幼児が誤って食べないように、手の届かない場所に置き、十分注意することが必要です。万一、誤って飲んだ場合は直ちに吐き出させ、医師の診察・治療を受けましょう。その場合は、使用されている商品名(薬剤名)もきちんと告げましょう。



●精油を用いた「コキブリ」対策

〈「コキブリ」が嫌いな匂いを持つ精油〉

ペチバー：スモークキーなどで濃厚な甘さが特徴です。九州大学農学研究院などの合同研究で、「コキブリ」や「タニ」を寄せ付けない効果があると発表されています。

スヘアミント：優しいスーッとする香りで「リフレッシュ」頭をクリアにしてくれます。何百種類もあるミントの中では辛味や刺激が少ないミントです。テルペン化合物という成分が「コキブリ」を寄せつけないので、物陰や水回りに香らせるのが効果的です。

シナモンリーフ：ニッキの香りのです。虫除け成分のほか、防カビにも効果的な成分があるので梅雨時期に使用したい精油です。

クローブ：スパイシーな香りが特徴で、オイゲノールという成分が防虫に役立ちます。「コキブリ」のほか、洋服に穴を開ける虫も嫌う香りのなので防虫剤にお勧めします。

〈アロマを焚く〉

アロマディフューザーやポット、ランプなど

「コキブリ」が苦手な香りを焚きましょう。

〈アロマスプレーを作る〉

精製水の10ml、無水エタノール10mlにアロマオイル5〜10滴ほど混ぜます。頻繁に開け閉めせざるを得ない玄関には、「コキブリ」が嫌う香りのスプレーを吹きかけるのがおすすめです。科学的な殺虫剤ほどの効果はありませんが、殺虫剤を撒きたくない場所に補助的に使用するのにおすすめです。

〈盛の塩にアロマオイルを垂らす〉

塩を容器に盛って精油を垂らして香りが薄れてきたらまた垂らして使えます。「コキブリ」は雑食ですが、塩は苦手な食べ物です。そのうえこまめに苦味な香りを追加するだけで、その場所には近寄りなくなるようになります。



お母さんのため小児外科 シーズン2：第4回

◆日常的な外科疾患

3. 包茎

ホウケイと読みます。これには、包皮の口が狭いため包皮を剥くとしても剥けず亀頭が見えない真性包茎や、包皮で覆われているけれど簡単に剥ける仮性包茎があります。外国、特にアメリカでは亀頭は露出しているべきであるとして、習慣的にこの包皮を切除してしまつ「割礼」が行われています。ユダヤ教やイスラム教の家庭でも教義に基づいて手術されます。わが国日本ではこのような風習はありません。が、お母さんたちの心配は根強いものがあるようです。包茎がめづらぬ、亀頭の知覚過敏を引き起こし、早漏の原因となることについては俗説に過ぎません。

赤ちゃんの時のペニスには包皮で覆われていて、亀頭は外からは見えません。これは生理的で自然なことです。あの調査によると3歳の男児のおよそ40%は包茎でしたが、14歳頃になると50%以下に減少したと言います。このことから、乳児期に普通に見られる包茎のほとんどは、思春期には自然に治るとみてよいのです。しかし、かかるとほとんどの包茎は治療の必要のないものと考えられています。ですが、尿線が散る、恥垢がある、繰り返す包皮炎症で先端付近が紅く腫れ、おしっこが痛むに痛み、包皮と亀頭の間から膿が出るなどの症状があれば、オナチキンの診察は必要です(図1)。

なかには、チマキ状になった包皮もあります(図2)。この場合は丁寧に剥がすだけで問題はありませんが、剥けず亀頭が見えなかったり、剥けても「へびむ」が生じる時は治療の対象となります。

包皮が剥けるか剥けないかは、お母さんご自身で試さず、小児外科医が泌尿器科医に相談しましょう。剥いた後、そのまましておくと包皮が元に戻らず、亀頭が紫色に腫れ上がって嵌頓包茎(図3)という悲惨な状態になる恐れがあるからです。

最近、小児の包茎には副腎皮質ステロイド(0.05%フロバタゾン酪酸エステルや0.1%ベタメタゾン吉草酸エステルなどが有効であることがわかっています。最初から手術を選択するのではなく、包皮を剥けやすくするためにステロイド軟膏塗布を行いつつ従来から行われてきた包皮翻転(包皮口の拡張)を組み合わせることでその効果が期待できます。ステロイドといっても、大量長期の経口投与や注射ではありません。ごく微量の高所塗布で、これといった副作用の報告はありません。私もは包茎の治療には、まずこのステロイド軟膏塗布療法と包皮翻転法を推奨しています。へびむが目立たなくなり、スムーズに包皮の脱転ができるようになります。無理なく、急がず継続するのとこころです。

この方法が無効な場合や、包皮口が癒痕化し、伸展しないケースでは手術の適応となります。手術には包皮を切除してしまつ環状切開法と狭い包皮口の部分のみを縦に切開して横に縫合して拡張する術式(West法)があります(図4)。背面切開法は醜形を生じやすいので行われなくなりました。

最後に小児包茎の治療の概略を表にまとめました。

(小児外科医・八塚正四)

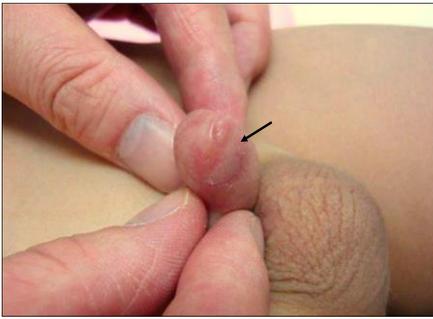


図2 チマキ状になった包皮

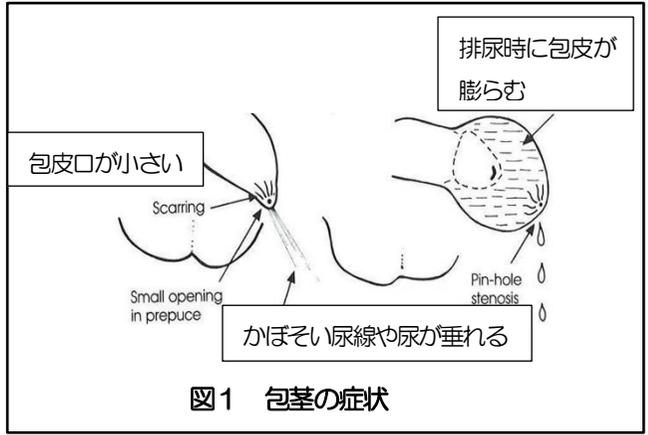


図1 包茎の症状



図4 小児包茎に対する手術



図3 1歳男児に見られた嵌頓包茎

表 小児包茎の治療

1. 原則不要
 2. 保存的治療：
ステロイド含有軟膏塗布
包皮の翻轉
 3. 手術治療：
瘢痕性包皮輪
強固な真性包茎
-



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 小児科 保育室とも

8月11日(日・海の日)～17日(土)は
お休みです。

8月18日(日)午前中、内科のみ診療。
8月19日(月)から通常通り診療します。

