



新年あけましておめでとうございます。今年も引き続き、当院の感染症受診状況を発信してゆきます。少しでも予防に役立つ情報をお知らせ出来るよう努めて参ります。

【感染症だより】

～インフルエンザ流行について第2報～

昨年は例年より早くインフルエンザの流行期に突入しましたが、振り返ってみると12月は胃腸炎の方がはるかに優勢でした。引き続き胃腸炎にも注意しましょう。

今シーズン初期のインフルエンザの主流はA香港型です。38℃以上の発熱、関節痛、のどの痛み、咳などの症状がみられます。潜伏期間は1-2日ですが、発熱する前日から感染力があります。特に発熱した日から3日間が移りやすい期間ですが、解熱後、幼児では3日間、年長児では2日間は感染力が残っていますので、出席停止となっています。一度解熱しても、二峰性の発熱（再度熱が上がってくる）をすることがあります。体温を1日に3回程度測定するようにしましょう。

家族がインフルエンザに罹ってしまった場合、マスク着用、手洗いうがいを行うほかに、部屋の空気の入替えを1時間に1回程度行いましょう。また、室内を50-60%に加湿することも効果的です。

表：12月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

	感染症	患者数
1	胃腸炎	200
2	インフルエンザA	22
3	肺炎（マイコプラズマ含む）	9
4	水ぼうそう	8
5	溶連菌	4
6	おたふくかぜ	4
7	突発性発疹	4
8	手足口病	2

文責： 清水マリ子

★インフルエンザではこんな症状に注意しましょう★

- 手足を突っ張る、がくがくする、目が上を向く、白目をむく、けいれんの症状がある
- ぼんやりして視線が合わない、呼びかけに答えない、眠ってばかりいるなど意識障害の症状がある
- 意味不明なことを言う、走り回るなど、いつもと違う異常な言動がある
- 顔色が悪い（土気色、青白い）唇が紫色をしている（チアノーゼ）
- 呼吸が速く（1分間に60回以上）息苦しそうにしている
- ゼーゼーする、肩で呼吸する、全身を使って呼吸をする呼吸困難症状がある
- 「呼吸が苦しい」「胸が痛い」と訴える
- 水分が摂れず、半日以上おしっこが出ていない
- 嘔吐や下痢が頻回にみられる
- 元気が無く、ぐったりしている

以上のような症状があるときは、もう一度受診しましょう（日本小児科学会より）





【感染症だより】

～おたふくかぜ（流行性耳下腺炎、ムンプス：Mumps）～

おたふくかぜは、大流行はしていないけれど、保育園などでだらだらと流行しています。感染経路は、咳やくしゃみに含まれるウイルスを吸い込むことによる飛沫感染や、ウイルスが付着した手で口や鼻に触ってうつる接触感染があります。2～3週間の潜伏期を経て発症し、片側または両側のだ液腺（だ液をつくる場所：耳下腺が最も多い）が腫れます。39℃以上の高熱を出すこともあり、痛みで食事が摂れなくなることもあります。ムンプスウイルスが感染しても無症状に終わる不顕性感染が3分の1に認められます。発病すると通常1-2週間で軽快しますが、時に髄膜炎を起こすことがあります。髄膜炎になると、頭痛、嘔気、食事が摂れなくなります。おたふくかぜには特効薬がないので、解熱鎮痛剤や制吐剤で対症療法を行い、自然に治るのを待ちます。学校保健安全法により、腫れが出現した後5日間、かつ全身状態が良好になるまで出席停止と定められています。

髄膜炎のほかにも、肺炎や、思春期以降に精巣炎・卵巣炎を合併することがあります。ほか、2万人に一人、稀ではありますが難聴を合併することがあり、永続的な障害となります。予防接種は任意接種となっていますが、1歳時に1回目、4～5歳時に2回目を接種すると良いでしょう。

おたふくかぜかなと思っても、違うウイルスによって耳下腺が腫れることがあります。また、反復性耳下腺炎といって、おたふくウイルスに感染せずに繰り返し耳下腺が腫れることがあります。はっきりとした原因は不明ですが、先天性異常、だ液停滞、アレルギー、ウイルス、内分泌などが考えられています。1年に1～5回耳下腺の腫れを繰り返すこともあります。その場合は「おたふくかぜ」として毎回出席停止になってしまうことを回避するため、血液検査で抗体検査をしておくとい良いでしょう。抗体価が低ければ、おたふくかぜワクチンを接種することをお勧めします。耳下腺炎が起きても、抗体価がすでに上昇していれば「おたふくかぜ」ではなく「反復性耳下腺炎」として扱い、出席停止にはなりません。

文責： 清水マリ子

表：3月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

	感染症	患者数
1	胃腸炎	58
1	インフルエンザA	58
3	インフルエンザB	30
4	溶連菌	19
5	水痘	11
6	おたふくかぜ	5
7	肺炎	1
8	突発性発疹	1

★病児保育室あんずからのお知らせ★

この4月から保育室の利用枠が4から6名へ拡大しました。新年度ご利用の際は、申込用紙のほかに、再度登録書が必要となります。お手数ですが、昨年度ご利用いただいた方もご記入をお願い致します。当日来室時でも大丈夫です。





【感染症だより】

～ロタウイルス胃腸炎など～

4月は感染性胃腸炎がとても流行しました。5月に入ってもまだ続いています。嘔吐、下痢、発熱、食欲低下、腹痛などがみられます。感染性胃腸炎の原因には様々なウイルスがあります。ノロウイルス、ロタウイルス、アデノウイルス、サポウイルスなどがありますが、迅速検査で調べることが出来るのは、ノロ、ロタ、アデノだけです。都内で4月特に流行したのがロタウイルスです。ロタウイルスは、乳幼児の急性重症胃腸炎の主な原因ウイルスで、5歳までにほぼすべての子どもが感染すると言われています。例年、3月から5月に流行しますが、今年は例年より多い流行状況となっています。水様下痢、嘔吐、発熱、腹痛などで脱水（ぐったりして水分摂取できなくなる）を起こし、入院治療が必要になる場合もあります。また、頻度は少ないですが合併症として、けいれん、肝機能異常、急性腎不全、脳症、心筋炎を起こすことがあり、命にかかわる場合があります。特に乳幼児では脱水を起こしやすいですので、水様下痢などの症状がみられたら、経口補水液などを頻繁に飲ませ、悪化しないよう注意しましょう。予防には、こまめに手洗いをし、おう吐物や便を処理するときは使い捨て手袋、マスク、エプロンを使用し、次亜塩素酸（塩素系の漂白剤）で処理しましょう。

ロタウイルスの予防接種は任意接種で受けることが可能ですが、適応月齢が生後6週間から生後7ヵ月までと限られているため、年長児は受けることが出来ません。

文責： 清水マリ子

表：4月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

	感染症	患者数
1	胃腸炎	54
2	おたふくかぜ	6
3	溶連菌	5
3	インフルエンザA	5
3	インフルエンザB	5
6	肺炎	3
6	水痘	3
8	突発性発疹	2
8	アデノウイルス	2

★病児保育室あんずからのお知らせ★

平成29年4月から保育室の利用枠が4から6名へ拡大しました。新年度ご利用の際は、申込用紙のほかに、登録書が必要となります。お手数ですが、昨年度ご利用いただいた方もご記入をお願い致します。ご利用当日来室時でも大丈夫です。



しみず小児科・内科クリニック



【感染症だより】

～手足口病～

6月から夏風邪の手足口病が流行しています。毎年夏に乳幼児の間で流行します。感染すると、3-5日の潜伏期を経て発熱（3分の1の人が発熱）、手・足・口に2-3mmの水疱がみられますが、ほとんどの場合2-3日で軽快します。感染経路は飛沫感染、接触感染、糞口感染などです。重症化することは稀ですが、髄膜炎、小脳失調、心筋炎、肺水腫、急性弛緩性麻痺など様々な症状が出る場合があります。ウイルスの型が沢山あるため、その年により症状はいくらか異なります。コクサッキーA6ウイルスに感染した場合は、治癒して1ヶ月以上経ってから、手足の爪が脱落することが報告されていますが、自然に治るとされています。手足口病を予防するワクチンはなく、特効薬も特にありません。しかし、手足口病は発病してもほとんどの場合軽症で、感染してはいけない特別な病気ではありません。ただ、口の中が痛くて、水分摂取が出来ない場合には、脱水症を起こさないように気を付けましょう。一般的な予防対策としては、手洗いうがいを行ってください。

また、同様の夏風邪であるヘルパンギーナも流行しています。2016年8月号もご参照ください。

文責： 清水マリ子

表：6月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

	感染症	患者数
1	胃腸炎	43
2	手足口病	33
3	溶連菌	23
4	ヘルパンギーナ	14
5	アデノウイルス	7
6	突発性発疹	6
6	水ぼうそう	6
8	おたふくかぜ	1
9	RSウイルス	1

★病児保育室あんずからのお知らせ★

8月21～26日は、夏季休業とさせていただきます。ご不便をおかけし申し訳ございませんが、よろしくお願い致します。8月28日から通常通り開室致します。



しみず小児科・内科クリニック



【感染症だより】

～RSウイルスについて～

例年よりだいぶ早く、RSウイルス（Respiratory syncytial virus）が流行し始めました。例年では9月ごろから流行し始めますが、昨年は8月から、今年は7月中から出てきています。このウイルスは、咳やくしゃみによって移る飛沫感染が主な感染経路で、潜伏期間は4-6日です。年長児や成人では風邪症状のみですが、特に悪化しやすいのが0歳児です。乳児では気管支炎や肺炎を起こすウイルスで、咳や発熱、喘鳴（ゼエゼエとする）、哺乳低下、苦しくて眠れないなどの症状がみられます。新生児～3か月位の乳児が罹患すると、症状が悪化して入院となることがしばしばあります。はじめは咳や鼻汁の風邪症状だけであっても、急に悪化することがありますので、眠れない、哺乳出来ない（いつもの半分以下）、毎回咳嘔吐してしまう、顔色が悪い、ぐったりしているなどの症状がみられたら夜間でも受診しましょう。咳が出始めると、1ヶ月くらいは持続します。熱が下がっても、咳の激しい間はお休みするのが良いでしょう。

早産児や慢性肺疾患、先天性心疾患などの0-1歳児には、パリビズマブ（抗RSウイルスヒト化モノクローナル抗体）というRSウイルスに特異的なガンマグロブリン注射が保健適応となっています。筋肉注射ですのでとても痛い注射ですが、流行期間に毎月打つことによって、免疫物質を補充することが出来ます。適応期間がかなり限られていますので早産児や心肺疾患のあるお子様の注射ご希望の方は小児科医にご相談ください。

表：7月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

	感染症	患者数
1	手足口病	59
2	胃腸炎	49
3	溶連菌	40
4	ヘルパンギーナ	26
5	アデノウイルス	19
6	突発性発疹	5
6	RSウイルス気管支炎	5
8	水ぼうそう	2
9	インフルエンザ B	2

★病児保育室あんずからのお知らせ★

8月21～25日は、夏季休業とさせていただきます。ご不便をおかけし申し訳ございませんが、よろしくお願い致します。8月28日から通常通り開室致します。

文責： 清水マリ子





【感染症だより】

～インフルエンザについて～

例年よりだいぶ早く、市内一部でインフルエンザが出始めました。例年では12月ごろから流行し始めますが、今年は8月中から出てきています。このまま流行期に入らないことを祈るばかりですが、手洗い、うがい、早寝、予防接種、休日はゆっくり過ごすなど予防に努めましょう。

インフルエンザの予防接種は任意接種ですが、一般的に10月ごろから始まります。インフルエンザワクチンを接種すると、1-2週間で抗体が上昇し始め、1か月後までにピークに達します。3-4カ月が過ぎると徐々に低下してきますので、ワクチン効果は接種後2週間から3-6か月間と言われています。例年ですと、11月下旬から3月上旬くらいまでが流行期間ですので、遅くとも年内には2回の接種を済ませると良いでしょう。インフルエンザワクチンを接種しても、インフルエンザに罹患することはしばしばありますが、接種しておくことで、発熱期間が短縮し、重症化・死亡率も接種していない人に比べて非常に少なくなります。インフルエンザワクチンは生後6カ月から接種可能ですが、それ以前で接種出来ない月齢の方は、ご家族が接種することで赤ちゃんに移さないようにすると良いでしょう。

～RSウイルス感染症について～

8月に引き続き9月に入ってから猛威を振っているのがRSウイルスです。通常であれば秋から冬にかけて流行しますが、今年は夏から流行しています。乳児期はとくに咳と発熱がひどく、気管支炎や肺炎になることがあります。顔色が青白い、いつもの半分も哺乳出来ない、咳き込んで毎回吐いてしまう、眠れない、息苦しそう、などの症状がある時は早めに受診しましょう。

表：8月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

	感染症	患者数
1	手足口病	118
2	胃腸炎	58
3	RSウイルス気管支炎	51
4	ヘルパンギーナ	21
5	溶連菌	20
6	突発性発疹	5
7	アデノウイルス	4
8	インフルエンザA	1
8	おたふくかぜ	1

★病児保育室あんずからのお知らせ★

入室予約は前日からとなっておりますが、未受診の方はお受け出来ません。入室された方どうしの病気の感染を防ぐためですので、ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

文責： 清水マリ子





【感染症だより】

～溶連菌感染症について～

溶連菌とは、一般的に A 群β 溶血性連鎖球菌のことを指します。今年都内では上半期にも流行していましたが、9月から再び増加しています。気道から飛沫感染し、2～5 日間の潜伏期の後、咽頭炎、扁桃炎、中耳炎、猩紅熱、副鼻腔炎などを起こします。軽症であれば咽頭痛のみですが、高熱や関節痛、発疹、イチゴ舌、頭痛、嘔気、腹痛なども認められます。学童期の小児によく流行しますが、乳幼児や成人にも感染を起こし、同様の症状がみられます。診断は、迅速簡易検査で咽のぬぐい液を採取して 10 分くらいで判ります。診断されたら必ず抗生剤治療（1 週間から 10 日間）を行い、それと同時に除菌をします。溶連菌が除菌されずに保菌され続けると、様々な合併症を引き起こします。例えば、慢性腎炎や、リウマチ熱などがみられます。慢性腎炎では、検尿で血尿や蛋白尿が出て、徐々に腎機能が低下していくことがあります。また、リウマチ熱で心臓の弁に炎症が起こると、心臓弁膜症の後遺症となります。このような合併症を防ぐために、処方された抗生剤は指示された通りにしっかりと内服し除菌しましょう。

溶連菌に何度も罹る人がいます。その場合、家族内に無症状の保菌者がいて、ピンポン感染を繰り返していることがあります。もし何度も繰り返す場合には、ご家族も検査をしてみて、陽性であれば除菌をするとよいでしょう。

溶連菌感染症は伝染病に指定されており、抗生剤内服後 24-48 時間は出席停止となっていますので、注意しましょう。

表：9月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

	感染症	患者数
1	手足口病	69
2	RS ウイルス	57
3	胃腸炎	46
4	溶連菌	42
5	ヘルパンギーナ	17
6	突発性発疹	4
7	インフルエンザ A	3
8	アデノウイルス	2

★病児保育室あんずからのお知らせ★

入室予約は前日からとなっておりますが、未受診の方はお受け出来ません。入室された方どうしの病気の感染を防ぐためですので、ご理解とご協力のほどよろしくお願い致します。

文責： 清水マリ子





【感染症だより】

～感染性胃腸炎について～

毎年この季節になると、胃腸炎が流行します。腹痛、嘔吐、下痢、発熱がみられ、よく「おなかの風邪」という言い方をされます。原因は、ノロ、ロタ、アデノウイルスが多いですが、そのほかにもサポウイルス、アストロウイルスなど様々な原因ウイルスがあります。11月から年始まで流行しやすいノロウイルスは、食べ物の牡蠣や二枚貝を食べて発病することもあれば、ノロウイルス感染者の吐物や下痢便からうつる場合もあります。経過は、軽症であれば数日、乳幼児では1-2週間だらだらと下痢が持続します。特に、乳児では胃腸炎をきっかけに一時的な「乳糖不耐症」を起こすことがあり、これになると1ヶ月以上下痢が持続することもあります。これは、「先天性乳糖不耐症」とは違って、一生乳製品を摂取出来ない病気ではありません。胃腸炎によって腸の粘膜が壊れてしまい、修復されるまでの一時的なものです。その間は、いつも使用しているミルクではない無乳糖ミルク（市販されている）などを使うと、腸の負担を軽減することが出来ます。また、嘔吐や下痢が頻回になると、顔色が青白くなり、目がうつろになり、ぐったり、ボーっとしてることがあります。これは体の水分が不足する「脱水症」という状態です。特に体重の少ない乳幼児は、急にこの様な状態になることがあります。こんな時は、医療機関を受診し、点滴による補液をしてもらいましょう。脱水症にならないためには、吐き気止めなどを上手に使い、こまめに水分（OS-1やORSなどのイオン飲料、水分・糖分・塩分を含む飲み物）を与えましょう。水分を上手に摂れるようになったら、少しずつお粥・うどん・パン粥などの炭水化物を与えましょう。たんぱく質や野菜、脂肪などは消化が悪いので、便が普通便になってからにしましょう。子ども・大人にかかわらず、胃腸炎の時は、香辛料や炭酸、カフェインなどの刺激物は避けましょう。

表：10月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

	感染症	患者数
1	溶連菌	46
2	胃腸炎	44
3	手足口病	19
4	突発性発疹	10
5	RSウイルス	7
6	ヘルパンギーナ	4
7	おたふくかぜ	2
8	水痘	2
8	アデノウイルス	2

★病児保育室あんずからのお知らせ★
 年末年始は、12月29日（金）～1月3日（水）までお休みとさせていただきます。1月4日（木）より通常通りご利用になれます。

文責： 清水マリ子





【感染症だより】

～インフルエンザについて～

東京都は、11月30日からインフルエンザの流行期に突入しました。インフルエンザは、1～3日間の潜伏期を経て、発熱、頭痛、だるけ、筋肉痛、咳、鼻水で発症します。嘔吐や下痢などの胃腸症状が出る方もいます。もし、インフルエンザかなと思ったら、発熱から6時間程度で検査が可能となりますので、医療機関を受診しましょう。お薬は、48時間以内に開始すれば治療効果が期待出来ます。安静を保ち、水分をよく摂って、十分な睡眠をとりましょう。インフルエンザ薬をつかっても、5日以上高熱が持続する場合には、再受診しましょう。

★インフルエンザではこんな症状に注意しましょう★

- 手足を突っ張る、がくがくする、目が上を向く、白目をむく、けいれんの症状がある
- ぼんやりして視線が合わない、呼びかけに答えない、眠ってばかりいるなど意識障害の症状がある
- 意味不明なことを言う、走り回るなど、いつもと違う異常な言動がある
- 顔色が悪い（土気色、青白い）唇が紫色をしている（チアノーゼ）
- 呼吸が速く（1分間に60回以上）息苦しそうにしている
- ゼーゼーする、肩で呼吸する、全身を使って呼吸をする呼吸困難症状がある
- 「呼吸が苦しい」「胸が痛い」と訴える
- 水分が摂れず、半日以上おしっこが出ていない
- 嘔吐や下痢が頻回にみられる
- 元気が無く、ぐったりしている

以上のような症状があるときは、もう一度受診しましょう（日本小児科学会より）

表：11月しみず小児科・内科クリニックで診断された流行性の感染症

	感染症	患者数
1	胃腸炎（ノロ8件）	82
2	溶連菌	45
3	手足口病	7
4	突発性発疹	5
5	アデノウイルス	3
6	水痘	2
7	インフルエンザA	1
8	ヘルパンギーナ	1

★病児保育室あんずからのお知らせ★

年末年始は、12月29日（金）～1月3日（水）までお休みとさせていただきます。1月4日（木）より通常通りご利用になります。

文責： 清水マリ子

