



# にこにこニュース



おおいた こども びょういん  
大分こども病院

〒870-0943 大分県大分市片島 83-7  
http://www.oita-kodomo.jp/0kb/

2011・4月号 (No.252)

(代表) TEL097-567-0050

(救急) TEL097-567-2311

(順番) TEL097-554-7000

(Fax) TEL097-568-7057

## ロタウイルス胃腸炎について

医師 光武 伸祐

### 【ロタウイルスとは?】

冬場(11~4月)に流行するウイルス性胃腸炎の原因の一つです。生後6ヶ月頃から2歳をピークに感染し、5歳頃までにはほぼすべての小児が感染します。

### 【感染の仕方は?】

主にヒトからヒトへの糞口感染で、多くは汚染された手・汚染された環境から間接的に口腔内に入ります。また空気感染も考えられます。生のウイルスであれば、10~100個程度で発症するといわれており、また発症後1週間は糞便中にウイルスが排泄され、感染源となりえます。家族内や院内感染、施設内感染などの集団感染もよく見られます。潜伏期間は1-3日です。

### 【症状は?】

主な症状は、下痢、嘔吐、発熱、脱水、全身倦怠感などです。嘔吐は平均2.6日、下痢は平均5日間持続します。1日数回から十数回の下痢は水様性が多く、時に白色~黄白色となります。生後6ヶ月~2歳の子では重症化することがあります。

### 【検査は?】

糞便でウイルス抗原の検索を行い、15分程度で検査が出来ます。脱水があれば、血液検査、尿検査などを行い、脱水の程度の評価を行います。

### 【治療は?】

安静にして、嘔気が落ち着いているときに少量から水分補給を行います。また、症状に応じて、整腸剤や制吐剤を使います。脱水が強い場合には、経口補液や経静脈輸液を行います。

### 【合併症は?】

痙攣発作、脳症、脳炎、髄膜炎、肝機能障害などが見られるときがあります。時に痙攣が群発しておこることがありますが、脳波上は異常を示さず、良性の経過をたどります。

感染を拡大しないためにも、十分な手洗いとおムツ、便の処理が重要です。

ロタウイルスに対するワクチンが世界的には進められており、今後日本でも投与が検討されていくと考えられます。



# 子どもたちに忍び寄る生活習慣病

生活習慣病は、かつては「成人病」と呼ばれていたように、大人の病気と思われがちでしたが、今では子どもにも「動脈硬化」「高脂血症」「高血圧」「高血糖」などの症状が見られるようになり、子どもにとっても、決してかからない病気ではなくなってきました。

◎生活習慣病の主な原因を挙げてみました。お子さんについてチェックしてみてください。

- 朝ごはんを食べていなかったり、おやつを食べすぎて食事の時間がずれてしまったりする。
- おやつをだらだらと食べたり、きりなく食べてしまうことが多い。
- おやつは「あめ」「チョコ」「クッキー」などの甘いものや、「スナック菓子」が多い。
- 食事は油っこいものが多い。
- 魚よりも肉を好む傾向である。
- 野菜を食べ残しがちである。
- 外でからだを動かして遊ぶことが少ない。
- かたい食べ物が苦手である。
- 炭酸飲料などの甘いものをよく飲んでいる。
- 食事は一人でとることが多い。
- 遊びといえば、室内で過ごすことが多い。
- 子どもたちだけで、テレビゲームをしていることが多い。
- 夜10時以降に就寝し、朝寝坊である。

以上の事が気になったら要注意です。

◎では、どのようなことに注意したら良いのでしょうか？

## 生活習慣病を防ぐポイント

- 1 一日三食バランスのとれた食事をこころがける。
- 2 おやつは、決まった時間に与え、量は控えめにする。
- 3 あめ、炭酸飲料などの甘いもの、スナック菓子などの塩分の多いものを控える。
- 4 洋風化した脂肪分の多いメニューを控え、栄養バランスのとれた和食メニューを増やす。
- 5 魚料理を多く取り入れる。
- 6 野菜を多く取り入れた料理にする。
- 7 かたい食品を与え、よくかんで食べる習慣をつける。
- 8 簡単な料理作りを手伝わせることにより、食生活に対する関心を高める。
- 9 家族そろって楽しく食卓を囲むようにする。
- 10 外遊びの時間を積極的につくる。
- 11 早寝早起きの習慣をつけ、朝ごはんもきちんと食べる。
- 12 こまめにからだを動かす手本を親が示す。
- 13 親も一緒にからだを使って遊ぶ。
- 14 ストレスを上手に発散させる。

予防と対策は、正しい食生活と生活習慣にあります。

子ども時代の食習慣が将来の健康を左右します



## お知らせ

☆ポリオ予防接種について

【期間】

4月1日（水）～  
5月14日（土）

【対象年齢】

- ・生後3～90か月未満  
(大分市に住民票がある方は無料です)
- ・昭和50～52年生まれの方  
(有料です)

※接種30分前後は飲食ができませんので、気をつけてお越し下さい。

※下痢や発熱のない体調のよいときにお越し下さい。

※予防接種は予約制です。電話での予約をお願いします。

☎097-567-0050

★★ 東北関東大震災義援金 ★★

皆様からお寄せいただきました義援金の第1弾として58,423円を3月23日に日本赤十字に送りました。引き続きご支援をよろしくお願いいたします。



## 平成23年4月の医師のお休み予定



1	金	西村、光武(午後)	16	土	神戸、八ツ賀(午後)、江田
2	土	八ツ賀、久富、西村(午後)	17	日	
3	日		18	月	八ツ賀、久富
4	月	弓削、久富	19	火	須田、石原、光武(午後)
5	火	江田、神戸(午後)	20	水	江田、光武、神戸(午後)、八ツ賀(午前)、佐々木(午後)
6	水	光武、八ツ賀(午後)	21	木	神戸、久富(午後)、八ツ賀、須田(午後)
7	木	西村、石原(午後)、須田(午後)	22	金	久富、江田(午前)
8	金	神戸、久富(午後)、弓削(午前)、江田(午後)、塚本(午後)	23	土	八ツ賀、神戸(午後)、進藤(午後)、塚本(午後)
9	土	久富、光武(午後)、西村	24	日	
10	日		25	月	光武、久富(午後)、須田(午後)、佐々木(午後)
11	月	弓削、神戸(午後)、久富(午前)	26	火	江田、石原、神戸、八ツ賀(午後)
12	火	江田、石原(午後)、神戸、須田(午後)	27	水	神戸(午前)、久富、江田(午後)
13	水	八ツ賀、光武(午後)、久富(午前)、弓削	28	木	須田、光武(午後)、進藤(午後)
14	木	西村、光武、久富(午後)、弓削、塚本(午後)	29	金	
15	金	久富、西村、弓削、江田(午後)	30	土	江田、石原、塚本(午後)

※院長の予定は掲載しておりません。随時お問い合わせ下さい。

※業務の都合により休みが変更になることがあります。ご了承ください。