教えてドクター！

子どもは環境の変化に敏感
体調に目配り、気配りを！

強い日差しと高い気温、涼しすぎる家の中…。夏の環境は、子どもの体力を奪います。小児科医の目から見た、この季節に注意したい子どもの病気について聞きました。

さいとう小児科内科クリニック
院長　斉藤喜親先生

医学博士、小児科専門認定医資格。国立東京医科歯科大学医学部卒業後、東京医科歯科大学医学部小児科、朝霞台中央総合病院、佐々総合病院小児科医長を経て、平成3年西東京市に開業。得意分野は、アレルギー、内分泌、腎臓病、予防注射。病後児保育室「えくぼ」施設長も兼務

高熱や喉の痛み、皮膚の変化や下痢にも注意
体調変化を早く知るために常に体重チェックを

夏に多い病気のトップは「ヘルパンギーナ」。突然の高熱と喉の痛みが特徴です。高熱は3日以内で治まりますが、口の痛みは約1週間続き、食欲が減るので、脱水状態にならないよう喉ごしのよいものを少しずつ食べましょう。喉にできる水疱が、手足にも出ると「手足口病」と呼びます。

高熱と喉の痛みという似た症状に「アデノウイルス」もあります。高熱が5日以上続く場合は、肺炎など合併症の恐れもあり、経過観察が大事です。結膜炎を併発する型は「プール熱」とも呼ばれます。

またこの季節は、「水ぼうそう」がはやる時期。身近な友人がかかって24時間以内ならワクチンも効きますが、1歳を過ぎたら必ず予防注射を打つことをおすすめします。

ほかには「病原性大腸菌」。下痢の時は幼稚園、保育園、学校を休み、抗生剤を投与します。夏はバイ菌が猛スピードで増えるので日ごろから食事の注意とチェックが重要です。子どもの体調変化は、体重が目安。同じ条件で計り続けることを習慣にするといいですね。

小児喘息は大きく3タイプ
それぞれに合った治療で完治を

喘息は、発作的に喘鳴（ヒューヒュー）を伴う呼吸困難をくりかえす病気で、気道の慢性炎症性疾患。遺伝的要素が大きく、注意すればかかりづらいわけでもありません。

小児喘息は3タイプ。アレルギーのないタイプ2種類と、アレルギーのあるタイプがあります。前者の中でも多いのは、2～3歳ごろに急速に喘鳴による呼吸困難を起こし、入院するケースが多々あるタイプ。5歳ごろまでひどく、一般に「子どもの喘息は学校に行くころには治る」と言うように、6歳ごろには軽くなります。もう1つのタイプは、2歳未満でみられ、RSウイルス感染にかかった経験のある子がなる喘息で、1年ぐらいで良くなります。

やっかいなのはアレルギーのあるタイプ。6歳ごろからじわじわと悪化し、乾いた咳やヒューヒューという発作を起こし、次第に発作がひどくなります。臨床症状、アレルゲンの種類ほかを参考に、適切な抗アレルギー薬を選び、吸入療法などを組み合わせて思春期までに完治を目指します。

一番大切なのは、子ども、親、主治医が一体となって、一人ひとりに合った治療をすること。強い飲み薬を使用して副作用を心配するより、吸入療法を行った方がよいとされています。そうすれば、どんなに重症な喘息でも治ります。

2006年盛夏号　リビングむさしのに掲載されました