

ようやく梅雨明けし、夏らしい太陽がみられるようになりました！と思ったら、いきなりのムシムシする猛暑。熱中症などにならないよう、体調に気をつけてください。

子ども達は診察室や待合室の壁面製作(事務スタッフ K さん作)をととてもよく見えています。診察室に入ってくるなり、「あ、新しくなった～」と歓声を上げたり、先日はカエルのままの壁面だったら、「もうすぐ梅雨明けのんだよ」と教えてくれたり…。

今月は、海の中&森の中。両方楽しんで下さいね！



おねしょの悩み

5-6 歳を過ぎても月に数回以上おねしょをする場合は「夜尿症」と定義されていますが、5-6 歳では約 20%、小学校低学年では約 10%のお子さんにおねしょがあるとされています。まずは、①夕食後～寝るまでの水分摂取を減らす ②塩分の多い食事を避ける ③寝る前に必ず排尿することを心がけ、夜間むやみに起こさず、おねしょしなかった日には思いっきりほめましょう。おねしょの回数が減ってくるようならば様子を見て、小学校入学後も毎日のように続く場合は、ご相談ください。

尿検査や、夜尿の記録を 2 週間程度つけてもらった後、必要に応じて治療を開始しています。

主な治療は抗利尿ホルモン剤とアラーム療法です。
抗利尿ホルモン薬:腎臓での水の再吸収を促し、尿を濃縮させて尿量を減らします。点鼻薬と内服薬がありますが、現在は寝る前に内服する薬が主流です。夜間に尿が充分濃縮されず、尿量が多いタイプの子に効きやすく、有効率(夜尿回数が半分以下に減少)は 60-80%といわれています。中止後にまた夜尿回数が増えることもあり、1 日置きに投与したり、ケースバイケースで対応しています。

アラーム療法:寝る前にパンツに小さなセンサーをつけ、パンツが濡れるとアラームが鳴る条件づけ訓練法です。おねしょした直後にアラームで認識させることを繰り返すことにより、夜間に膀胱に貯めておける尿量が増して、おねしょが減ると考えられています。初めは本人が独りで起きることがめったにないので、ご家族が起こしてトイレに行かせ、着替えを促すなど、ご家族の協力が欠かせません。

機器を購入する必要がありますが、最近、本体を当院からレンタルし、センサーコードのみ購入してもらう方法も始めました。



HPV ワクチンについて

第 88 号のニュースにも書きましたが、子宮頸がん予防ワクチンと言われるヒトパピローマウイルス (HPV) ワクチン。国は「積極的勧奨しない」としたままですが、世界保健機構(WHO)は、「世界で HPV ワクチンの安全性と効果は評価されており、子宮頸がん発生が増加する中、ワクチン接種を勧奨しない日本の状況を憂慮している」と声明を出しています。

現在も、小学校 6 年～高校 1 年の女子は定期接種が可能です。サーバリックスとガーダシル 2 種類のワクチンがありますが、どちらも 3 回接種。3 回目は初回から 6 か月後ですので、現在の高校 1 年生は 8～9 月のうちに接種を開始しないと 3 回目が期間内に終わりません。ご検討ください。

感染症流行状況

手足口病が大流行中です。今年は、初めに高熱が出て、1-2 日して手足に発疹が出てくることが多く、発疹も腕や下肢全体的に出るなど派手なタイプが多いようです。あまり典型的な発疹でない場合もあり、診断に悩むことがあります…。

RS ウイルス感染症も 7 月末から増えています。

感染症	人数 (人)
溶連菌	42
アデノウイルス	8
RS ウイルス	3
ロタウイルス	0
マイコプラズマ	1
インフルエンザ A	0
インフルエンザ B	0
ヒトメタニューモウイルス	0

(2019. 7. 1~7. 27)

今月の一冊 「もぐらはすごい」

作：アヤ井アキコ

公園のもりあがった土は、だれのしわざ？実は、もぐら！

大きな手にあるひみつ、土の中の暮らしに合った目や耳、驚きの食べっぷりなど、「もぐらってすごい！」。

土の中の世界をユーモアのある絵で楽しめる絵本です。(T.K.)



今月の予定

- 8月 8日(木) 常総市 3歳児健診
- 10日(土)~15日(木) 夏季休診
- 30日(金) 守谷市 1歳6か月児健診
- 31日(土) 学会出張のため休診