

あけましておめでとうございます

2020 年の幕開けです！
 今年は東京オリンピック・パラリンピックもあり、どんなドラマが見られるのか楽しみです。
 皆さまにとってよい 1 年となりますように！



(Photo by Taiki)

インフルエンザが流行中！

12 月に入ってすぐにインフルエンザの流行が本格的になりました。現在は全国的にみてもほとんど A 型で、県内で分離されているのは 2009 年に発生し「新型インフルエンザ」と言われた AH1pdm09 タイプです。インフルエンザには、もう一つ異なる A 型（香港型 H3N2）や B 型もあります。新年が明けてから別のタイプが流行することもあり、まだ油断はできません。去年は B 型がほとんど流行せずに終わりました。いったん B 型が流行し始めたら今年は大きな流行になるかもしれません。とはいえ、どのタイプがいつ頃どの程度流行するのかというのは、毎年ながら予測不可能です。

型は違っても、インフルエンザの症状は基本的に同じです。急に発熱し、頭痛や体の節々の痛みを伴い、目が少し赤くウルウルしてだるそうな時は要注意。以前、タミフルの副作用ではないかと懸念された異常行動ですが、インフルエンザの薬を投与していなくても、高熱時にはせん妄状態が起きやすく、突然ガバッと起き出してわけのわからないことを言ったり、夢遊病者のように歩きだしたりすることがあります。高熱時は大きいお子さんでも一人で留守番させず、ベランダや玄関から飛び出したりしないように家の鍵はしっかり閉めておきましょう。

一時的な異常行動は危険な事故につながらないように注意して様子を見ればよいですが、呼びかけに反応せずどんどん意識がおかしくなる、けいれんが長時間止まらない or 何回も繰り返す等の症状がみられる時は、救急車を呼んでください。

インフルエンザの登園・登校停止期間

発症した後 5 日を経過し、かつ、解熱後 2 日（幼児は 3 日）を経過するまで。

* 発症日は 0 日と数えます

小学校就学前にお勧めのワクチン

就学前の幼稚園保育園の年長さん、もう麻疹風疹ワクチン (MR) の接種は済ませましたか？まだの場合 3 月 31 日までが定期接種の期限なのでお忘れなく！

それ以外に、任意接種のため自費になってしまいますが、この年齢での三種混合（百日咳・ジフテリア・破傷風）とおたふくかぜワクチンも接種をお勧めしています。

百日咳: ここ 1-2 年百日咳が流行しています。赤ちゃんの時に三種あるいは四種混合ワクチンを打つと百日咳の免疫は充分つくのですが、数年経つと抗体価が有効レベル以下に下がっている子が結構いるようです。いったん発症すると治るまで本当に百日近くかかりますし、周囲の赤ちゃんが感染すると重症になることもありますので、この時期に再度接種をして百日咳に備えましょう。

おたふくかぜ: おたふくかぜに罹ると、耳下腺腫脹ばかりでなく、100 人に数人がウイルス性髄膜炎に、1000 人に 1 人程度が難聴になるなど合併症が多い病気です。2015-2016 年に日本耳鼻咽喉科学会が全国調査した結果では、その 2 年間に日本全国で少なくとも 348 人の人がおたふくかぜによる難聴になったと報告されています。そのほか睾丸炎、卵巣炎等様々な合併症もあります。おたふくかぜもワクチンで罹りにくくしておきましょう。

感染症流行状況

インフルエンザ以外に、嘔吐や下痢の胃腸炎が流行中です。集団発生した園などを保健所が検査していますが、ノロウイルスが原因になっていることが多いようです。

| 感染症 | 人数 (人) |
|--------------|--------|
| 溶連菌 | 25 |
| アデノウイルス | 11 |
| RS ウイルス | 1 |
| ロタウイルス | 0 |
| マイコプラズマ | 6 |
| インフルエンザ A | 144 |
| インフルエンザ B | 0 |
| ヒトメタニューモウイルス | 0 |

(2019. 12. 2~12. 28)

今月の一冊

「てぶくろ」

作：いもと ようこ

寒い冬の日、お姉ちゃんとお出かけした、うさぎのみみたんは、てぶくろを持っていきませんでした。「手がつめたいよー。てぶくろ貸して！もう片方も貸してー！」

すると…。姉妹の素直で可愛らしい会話に心がぽかぽか温まる絵本です。(T.K.)



今月の予定

- 1 月 19 日 (日) AM JA とりで総合医療センター 救急外来担当
- 23 日 (木) つくばみらい市 1 歳 6 か月児健診
- 30 日 (木) 守谷市 3 歳 5 か月児健診