

かわむら **こども** クリニック NEWS

Volume 9 No 07

9 6 号

平成13年 7月 1日

かわむらこどもクリニック 022-271-5255 HOMEPAGE <http://www.kodomo-clinic.or.jp/>

厄介な思い込み

院長

今回は、厄介な思い込みについて、考えてみましょう。先日乳児健診で、「うちの子は、よく首を振る」と相談を受けました。また同じように「一日中泣いている」、「いつも目を痒がっている」、「よく耳を触っている」なども質問されます。しかし、ほとんどの場合診察している間に、首を振るような動作は見られません。乳児の動きには、説明出来るものと出来ないものがあります。確かに首を振ることがけいれん、目を擦ることが結膜炎、耳を触ることが中耳炎ということもあるでしょう。しかし大人でも肩凝りのため首を振ったり、眠気に負けないように目を擦ったり、何となく耳が痒くなることは珍しいことではありません。普通は、誰も気にしない動作のはずです。しかしどういう訳か、赤ちゃんでは気になってしまうのです。また「いつも」とか「よく」ということについても、考えなければなりません。いつもであれば、健診中も同じ動作をするはずですが、いつもになってしまう原因は、不安や心配によるものなのです。不安や心配によって、その動作を中心に考えてしまうのです。そして病気ではないかとの思い込みが、その動作が1日中続いているように感じてしまうのです。そして不安を益々大きく膨らませてしまうのです。一日中泣いていたり、いつも首を振っていたら哺乳も出来ないし、よく掻いていたら傷だらけになったり腫れ上がってしまうということも忘れてしまうのです。しかし病気であれば、他の症状が伴うはずですが、実際には元気で哺乳も十分で、ぐっすり眠っているのです。一つの動作や症状だけで、全体を判断することは出来ません。まず全体を見てから、一つ一つの動作について考えてみてください。

発達に対する思い込みも、よくあることです。2ヶ月のお子さんが親を認識しないと心配し、7ヶ月でハイハイをしないと不安になってしまいます。発達には、時期と順序があります。例えば首が坐るのは3ヶ月、他人の区別は5ヶ

月、ハイハイは9ヶ月などです。またこの発達も個人差があり、出来る出来ないだけで、一概に異常と判断することは難しいことです。病気についても同じで、咳と熱が続けば元気があっても肺炎、ほんの小さな湿疹や皮膚のかさかさだけでアトピー性皮膚炎と思ひ込んでしまいます。



思い込みは、どこから来るのでしょうか。一つは知識不足でしょう。発達の経過や病気について知らなければ、勉強する必要があります。もう一つは、他のお子さんとの比較です。「隣の子が出来るのに、うちの子は出来ない」、「友達が肺炎と言われた」などです。比較することが無意味なことを知っているはずなのに、不思議に比べてしまうのです。人が100人いれば、皆違う顔をして、性格も違うはずですが、隣の子とは、お父さんも違うはずですが、違っても当たり前のことです。小生も、「そんなに他の子がいいのなら、取り換えたら」と、少し意地悪く言うこともあります。

この厄介な思い込みから解放されるには、心配な気持ちを取り除くことです。心配な気持ちは、正しい知識を身に付けることで解決できることなのです。そのためには勉強が必要ということは、言うまでもありません。勉強といっても育児書や医学書を端から端まで読むということではありません。診察や健診の時にしっかり聞くだけでも、知識となるはずですが、不安や心配を取り除く方法は、勉強するか他人に聞くしかなく、一人だけで解決できるものではありません。一つ老婆心ながら付け加えておきますが、周りのお母さん達のアドバイスの半分は（ごめんなさい）、間違っていると思っただけでしょう。もう一つ大事なアドバイスをします。時には母親という立場から離れて、お子さんを客観的に見る習慣をつけてください。病気や育児に関する確かな情報は「母親の不安・心配の解消」を理念としているクリニック（誰にでも遠慮なく聞いてください）から引きだして、厄介な思い込みとさよならしましょう。

夏季休暇のお知らせ

8月12日(日)～19日(日)

夏季休暇となります。今回は骨折後のプレート除去手術を受けることになりました。御迷惑をおかけしますが、よろしく御理解と御協力を、お願いいたします。

7月のお知らせ

・栄養育児相談

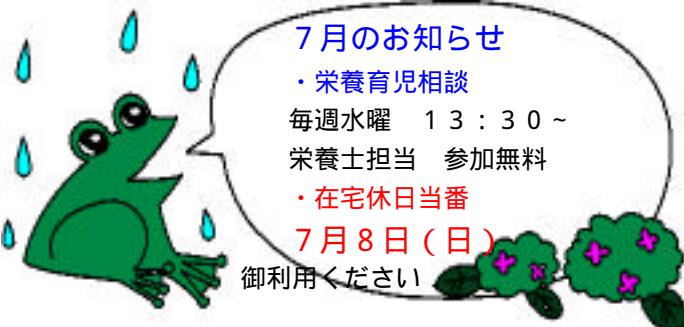
毎週水曜 13:30～

栄養士担当 参加無料

・在宅休日当番

7月8日(日)

御利用ください



読者の広場

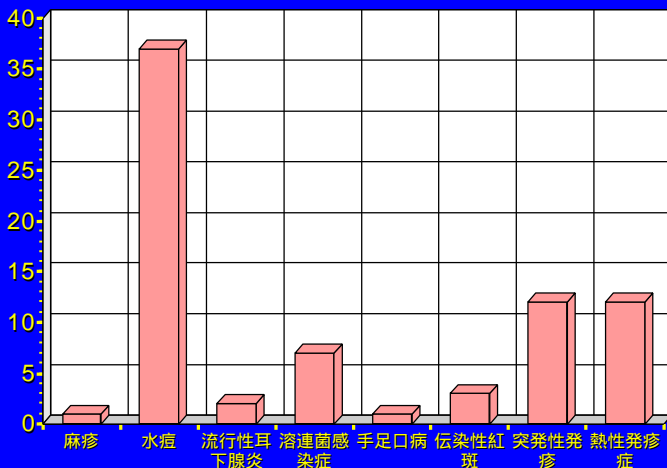
先月もたくさんのメールを戴き、ありがとうございます。40通近くもいただき、紹介に困るほどです。紹介の約束をしましたが、載せられなかった方もいました。ごめんなさい！！。最初は青葉区の木村さんから、院内報に対する投書をいただきました。「前略。いつも子供二人がお世話になっております。木村花、幹久の母です。さて、さっそくですが、今回初めてメールさせていただいたのは院内報のことです。私は先生のおつくりになっている院内報、新聞が大好きです。ぜんぶ持ってます！！！！。もうすぐ100号なので、どんな新聞になるのかちょっと期待してたりします。ですが、さきの5月号では、院内報があまり読まれておらず、むしろインターネットのホームページでの情報公開のほうがよりニーズがある・・・、の文章をよんで、もしや、新聞がなくなるのでは、と大いに慌て、危惧し、その反対のためにメールを打っております。100号を機に、なんてことはお考えではないですよね。どうか、ずっと新聞をつづけてください。たくさんを教えられましたし、いろんなことを考えさせられました。感染症の集計も「あ、こんなのは今やってるんだ。気をつけよう」なんて思っていましたし、先生のため息が聞こえてきそうな編集後記も好きでした。どうか、これからも、200号、300号とつづくことを祈っています。もし、これが私の早とちり、杞憂であれば笑い流してください。そして、100号お疲れ様の一読者からの応援メッセージとして受け取ってください。では、ということで、お騒がせいたしました。これからもよろしくお願ひいたします。」。青葉区のK（匿名希望）さんからは、お褒めのメールです。「いつもお世話になっております。私は貴院に感激しました！。書かずにはいらなかったのでメール致しました。先日、子供が高熱を出し、しばらく体調も良かったので貴院へ行くのは久しぶりでした。そんな私や子供に、看護婦さん達はニコニコしながら「久しぶりね！」などと言い、その後もとても感じよい対応をして下さいました。その後、何日も熱が続き、その間「先生に診ていただこうかな？ いや、待て待て！先生がおっしゃられた日までお薬を飲ませながら様子を見よう」などと思っていると、指定された日の前日に熱がなくなりました。とてもホッとしました。今度は、指定された日に診察に行った時です。とても混んでるにもかかわらず、私を見つけると看護婦さんが「どう？熱は下がった？」と聞いて下さり、私はとても感動しました。以前も同じように感じたことがありました。こんなにたくさん患者さんがいる中で、一人一人の名前はもちろん、症状まで覚えていて下さり、その態度や言葉から、思いやりや気配りのある方だというのに感じています。「類は友を呼ぶ」（この言葉は良い意味の時にも使っているのかもしれませんが）ということわざがありますが、素晴らしい先生の周りには素晴らしいスタッフの方々がいらっしゃるんだなあーと感心いたしました。この前、貴院のホームページをみせていただきました。ちょっと久しぶりにみると、各症状の対処法など、忘れていたことをまた改めて理解しました。その中で、以前はしていた夜間診療をされなくなったのことが書いてありましたが、私もそれに賛成です。ちゃんと休日夜間当番医の方がいらっしゃるんですから、先生は少しでもお休み下さい。あと、先生やスタッフの方々と接することにより、こういうお仕事はなんて素晴らしいんだろう・・・と改めて感じました。誰かに頼られ、そして誰かのために役に立つ・・・というお仕事は他にもあるのでしょうか、でも特に私は、子供がもう少し大きくなったら是非 薦めよう！と思いました。（ただし、薦めても能力が伴わない場合も大いにありえますが・・・）最後になりましたが、こういうメールは照れくさいので、敢えて名前は控えさせていただきます。失礼をお許し下さい。」。今回の投書、本当に有り難いことです。スタッフ一同、患者さんの期待に沿えるように、「かわむらこどもクリニック」カラーを出していきたいと思ひます。

かかりつけ患者専用メールアドレス
patient@kodomo-clinic.or.jp
 携帯からでも可



「ひよこクラブ」2001年7月号の「赤ちゃんはどうして泣くのか？」を担当しています。困っている方興味のある方、コピーを差し上げています。

6月の感染症の集計



水痘が大流行しています。ひと月に30人を超えることはめったにありません。麻疹が1例、また出ました。全国的に流行しているようで、県内でもあちこちから流行しているとの声が聞こえてきます。今月も見られ、皆重症です。予防接種を早めに！！。高熱のアデノウイルス感染症（目やにを伴えば咽頭結膜熱＝俗に言うプール熱）もかなり多く見られています。地方によっては季節外れのインフルエンザもあるようです。またいわゆる夏風邪も目立ちはじめました。

編集後記

100号記念は増ページをして、なるべく皆さんの声などを紹介したいと思います。いろいろお願いすることもあります。その節はよろしく。こう書くこと自体、幸せ者なのでしょう。独り言ですが、GW、夏季休暇、天気とは裏腹に恨めしいかぎりです。仕方ないか？

