

かわむら **こども** クリニック NEWS

Volume 11 No 04

117号

平成15年 4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/>

病気の時の過ごしやすさ

院長

病気の時には、どんなことに注意すればよいのでしょうか。病気の時に大切なのは、過ごしやすさです。今回は、この過ごしやすさについて考えてみましょう。

まずは具体的な例を挙げます。「熱がある時は、冷やしましょう」、「病気の時には栄養の補給が大切です」、「カゼをひいたらお風呂は避けましょう」ということを聞きますが、本当でしょうか。これらは全て正しくもあり、間違いでもあるのです。病気の対処法には、様々方法があります。それを一つ一つ考えるより、基本的な考え方に注意を向けることが大切なことなのです。基本的な方向さえ間違いが無ければ、あまり悩まないで済むかもしれません。

「熱がある時は、冷やしましょう」といっても、逃げ回る子どもに対してはどうしたら良いのでしょうか。子どもはおとなしく寝ていてくれません。「病気の時には栄養の補給が大事です」といっても、食欲の無い子は食べてくれません。押さえつけて無理矢理食べさせる必要が、あるのでしょうか。「カゼをひいたらお風呂は避けましょう」は、どうでしょう。鼻水や咳があったり、体温が高めだからと言って、入らなければ1~2週間も入れないこともあります。必要なことなのに出来なければ、子どもにとってのストレスだけでなく、親御さんにとってもストレスとなります。このストレスが、病気によい影響を与えるはずはありません。

そこで出てくるのが過ごしやすさです。親御さんが病気の時に一番有り難いことは何ですか。周りの人たちから、過ごしやすい環境を提供してもらうことではありませんか。具合が悪く食欲が無いときの最も嬉しい言葉は、誰かの「なんか食べたいものがあれば、好きなものを買ってきてあげる」ではないでしょうか。子どもでも同じことです。親御さんは心配のあまり、一回のことで判断をしてし

まう傾向があります。カゼで食欲が無くて食べられないことは誰でも経験することです。食べられないからといって、必ずしもカゼが重くなるというものではないはずです。そんな経験があるにもかかわらず、子どもが一回でも



食べないと心配してしまうのが親なのです。自分が食欲が無い時どんぶり飯を出されて、スタミナをつけなさいと言われてればきっと腹を立てるのに。子どもが病気の時の親御さんの役割は、様々です。しかしその根本にあるのは、病気の子どもへの過ごしやすさです。冷やすことが、無理矢理栄養を補給することが、風呂に入らないことが、過ごしやすさとは限りません。冷やさないこと、無理矢理補給しないこと、お風呂に入ることの方が、子どもによっては過ごしやすさなのかもしれません。同じような話はたくさんあります。夏になると決まって聞かれるのが、クーラー（エアコン）を使っていいかです。熱が高くてフーフー言っているのに、クーラーなしではうつ熱（熱が身体に溜まってしまうこと）になるかもしれません。同じように高熱の時には厚着をさせ、布団をいっぱい掛けて汗を出してあげるということも言われます。もちろん昔ほどではありませんが。はたしてこれって、過ごしやすさなのでしょうか。極端な言い方をすれば、常識から反したことやいやがることを強制するということは虐待と言われてもしかたありません。

子どもの病気の対応については、育児書、医学書、昔からの言い伝えなど本当にたくさんあります。実際どれを信じたら良いのかと迷うこともよくあります。しかし基本は、過ごしやすさです。自分が病気の時どうしてもらえば、嬉しいのか考えてみて下さい。子どもにとっての過ごしやすさとは何か、それが一つの答えなのです。

東北放送ラジオのレギュラー出演

4月から東北放送を月1回、担当する事になりました。
番組名 **ポリウムワイド** うちのめあて
担当日及び時間 **毎月第1木曜日 13:30~13:40**。
辞めさせられなければ、1年間の予定です。

出演形態 **生出演**（基本的に）

木曜日は午後休診ですが、**13:30までスタジオ入り**（表現がちょっと恰好良いですね）しなければなりません。当日の受付などで、御迷惑をおかけする場合がありますが、何とぞ御理解、御協力をお願いします。

4月のお知らせ

- ・ **栄養育児相談**
毎週水曜日 13:30~
栄養士担当
- ・ **仙台リビング** 子どもの健康欄担当
毎月1回仙台リビングでも、お会いできるようにしました。



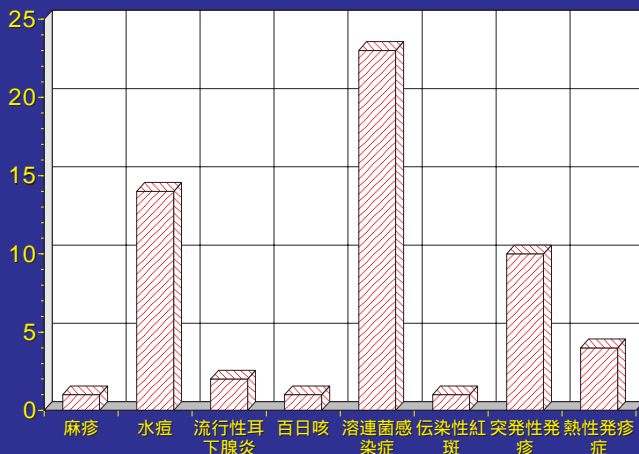
読者の広場

先月はどういう訳かメールが少なく、わずか10件でした。数は少なかったのですが、一つ考えなければいけないメールを頂いたので紹介します。「いつもお世話になっています。今日は疑問に思う事があり、先生にちょっと聞いてみようメールしました。早速ですが、13日のam3時に夢が熱のせいで痙攣を起こし救急車を呼びました。5分ぐらいで救急車は来ましたが、診てくれる病院がないと言う事で30分以上待たされ、やっと市立病院に運ばれました。初めて痙攣を経験し、おまけに15分も続き、不安だし心配だしでパニック状態の私でした。結局、入院する事になったのですが、回復していく我が子を見て救急車でのを思いだし、なぜあんなに待たされるの？。あれじゃあ救急じゃないじゃん？、そんなもんなの？と腹がたって仕方ないです。岩手でもトライ回しにされ亡くなった子もいたじゃないですか、なんかすごくヘン！。救急隊員も『今ぐらいの時間は仕方ない』とか『子供だと難しい』と言われ、その時はとても不安で腹がたって仕方なかった。どうにもならない事なんですか？。この先もまた痙攣を起こしたりしたら、また同じような思いをするのでしょうか？。夢も熱が下がってきて痙攣も起こす事もなく元気になってきました。後遺症はない、と言う話なのですが大丈夫でしょうか？。先生に聞いて安心したいかな！」。今回のメール取り上げたのには、意味があります。患者さん皆で考えてもらいたいこと。行政や救急隊の方々、そして小児医療に携わる人たちの目に触れることも期待しています。そのこともあり、あえて匿名にしました。返事には、次のように書きました。「メールありがとう。返事遅れて、ごめんなさい。今日も休日当番だったので。このような問題は、従来から言われていることです。実際仙台で24時間小児科を受け入れているのは、市立病院だけです。1箇所だと重症がいる場合は、すぐ受け入れられないのが現状です。ただし急患センターにも24時間（日中は除きます）小児科医がいます。本来なら急患センターに搬送するのが一番です。ただし担当医によって、救急車を受け入れないということがあるかもしれません。救急の改善については、これからも取り組んでいきます。何かの折り、提言してきます。ありがとう」。これに対してもう一度返事をいただきました。「夢も無事に退院し、少し怖いながらも普通に生活しています。退院してから家族や友達と先生からの返事をみながら救急の話をしたりしていました。私達には深く仕組みがわからない為、なんでこう出来ないの？。こうしたらいいじゃん？。とか簡単に考えがちですが、実際は大変な事なんですよ。先生方にガンバってもらい、少しでも早く搬送してもらえるようになる事を願っています。先日、開業10年おめでとうございませう、に向けメールを打ったのですが、学がなく頭が悪い私は怖じ気付いて送信できませんでした。改めて“おめでとうございます”不安でいる私に、いつも先生や看護婦さんにあたたかい言葉をかけて頂きとても心強かったです。先生もご多忙だと思いますが、これからもガンバってくださいね！」。メールにもあったように、小児救急医療に関していろいろ考えることが大事なことです。先日朝日新聞の週刊誌「アエラ」に、小児医療の記事が載っていました。「小児医療で安心な街は」という特集で、仙台市は61市区で、1位になっていました。単純に夜間や休日の急患を診てもらえる場所が整っているということなのです。その意味では仙台市は恵まれているのですが、今回のようなことも考えていかなければならないことだと思います。



溶連菌感染症が、かなりの数見られ大流行です。市内の一部で、麻疹が出ています。休日当番の時、1例ありました。水痘もまだ多い感染症の一つです。前半はインフルエンザBがかなり多かったですのですが、後半春休みとともに減少してきました。混雑も、一区切りようです。

3月の感染症の集計



全国ラジオ放送の御紹介 4月7日から11日まで、ニッポン放送及び系列37局ネットのラジオ番組「健康ワンポイント」を担当します。国民健康保険中央会の提供で、健康の話題について放送しています。多くの担当者は、大学の教授や病院の院長クラスです。今回、こどもの病気について、院長が担当します。以下予定を示します。

- 4月 7日 小児科にかかるときの注意
- 8日 赤ちゃんがかかりやすいカゼ
- 9日 赤ちゃんの予防接種
- 10日 赤ちゃんの上手な薬の飲ませ方
- 11日 質問コーナー『Q&A』

仙台では、東北放送ラジオで放送されます。ボリュームワイドの中で「健康ワンポイント」として15:22から放送になります。他の局の間帯については国民健康保険中央会HP <http://www.kokuho.or.jp>、過去の健康ワンポイントの放送内容については共同通信社HP <http://www.kyodo.co.jp>を参考にして下さい。乞う御期待。

編集後記

インフルエンザも下火になり、少し余裕ができました。診療以外の面で、またまた忙しくなりそうです。イラク戦争では、子どもたちが犠牲になっています。いつも被害を被るのは市民であり、女性と子どもたちです。我々日本も、もう少し声たかだかに戦争反対を訴えてもいいでしょう。少しでも、早く戦争が終結することを祈って。

