

かわむらこどもクリニック NEWS

Volume 4 No 8

37号

平成8年 8月 1日

外来で気付いたこと 4

院長

最近、外来で感じたことを、また書いてみます。
混雑は一段落しましたが、夏風邪が流行っています。夏になると決まって聞かれることの一つに、扇風機やエアコンがあります。「風邪の時に、扇風機(エアコン)をかけてもいいでしょうか」と。どうも扇風機やエアコンは、病気にとっては悪者扱いのようです。しかしよく考えてみましょう。病気の時には、ただでさえ具合が悪いのです。具合が悪ければ、過ごしやすい環境にしてあげるのが親の役目です。病院では、高熱(特別な場合ですが)で他の方法がないときには、体にアルコールを塗って扇風機で冷やすこともあるのです。もちろん真似はしないでください。場合によっては高熱でも扇風機をかけることがあるのを知っておいてください。さて、熱があって具合が悪くて“フーフー”言っているときに、扇風機やエアコンが悪いということ、サウナのような環境で過ごすのが正しいのでしょうか。やはり暑ければ冷やしてあげるのが原則です。熱の話でも以前書いたように、急に熱が上がって寒気がするときには暖めて、熱が持続するときには冷やしてあげてください。しかし、限度があります。冷やし過ぎはよくありません。クーラーや扇風機の風が長時間直接当たらないようにとか夜間は、タイマーなどを利用して冷え過ぎないように注意し、大人が少し暑いかなという程度にコントロールしてあげましょう。

熱があると食欲がないと心配するお母さんも多いのですが、どうでしょう。まずは自分のことを考えてみましょう。大人が風邪をひいたり熱があって食欲がないときには自分で納得して、食べずに水分補給を考えます。子供も同じです。熱があれば食欲がないのは当たり前です。食欲がないときに、無理矢理食べさせる必要はないのです。外来でもよく言うのですが、「大人が食欲が無い時に、優しい誰かが風邪の時には栄養が必要と言ったどんぶり飯を差し出せば、きっと心の中でこのヤローと思うはずです。」

れと同じことをお母さんたちは、子供にしているのです。お母さんたちの役割は、無理矢理食べさせることではありません。食欲のない子供に対して、バランスを考えながら水分を補給してあげることが、お母さん達の役目なのです。水分の補給の時期、栄養を考える時期を区別して考えましょう。

暑くなると、食欲が落ちるのは当たり前です。これも同じに考えてください。自分は食欲がないのに、子供にだけ食欲を期待するのは、大人のわがままです。食欲がないときに食べたくない食事を出され食べられないと水分でもいいからと言って、ジュース・牛乳・お菓子を与えてしまいます。ジュースや牛乳を飲むから、次の食事が食べられない。そんな悪循環を作っていませんか?。お母さんの心配は、よくわかります。余りにも一度の食事に重きを置いてしまっています。今暑くて食べられないのなら軽くして、次が食べられればいいと考えてみませんか。食事は、一日のトータルと考えてあげてください。食べないと言って、他のものに走ってしまうのは、食べない原因を大人が作っているのです。

今回の言いたかったのは、大人の勝手さです。子供の状況や状態をみきわめるのが、大人の仕事です。子供の意志や個性を尊重して、その子にあった正しい対応の仕方を考えてあげましょう。

0-157について

仙台市では、0-157についての電話相談と無料で検便を行っています。症状があれば、当院でご相談ください。

・電話相談は、区によって電話番号が異なります。番号は次のとおりです。

青葉区：264-0157 宮城野区：256-0157

泉区：773-0157 太白区：248-0157

若林区：282-0157

受付時間は、8：30～17：00までです。

・検便は無料で、下記で受け付けています。

各区保健福祉センター及び宮城・秋保総合支所です。

受付時間は、月～木曜日8：30～15：00で、

金、祝日前が8：30～12：00までです。

詳しくは、上記電話でご相談ください。



読者の広場

最近少しづつ、コンピューターの内容が集まってきました。無理矢理という気もしますが、ありがとうございます。やっと穴場情報も遠藤晴美さんより頂きました。病気の流行がおさまって、待合室にも余裕ができました。今がチャンスです。みなさん、是非ともコンピューターに触ってみてください。新しいコーナーとして「お知らせ」を作りました。新しい情報を伝えていきたいと思ひます。

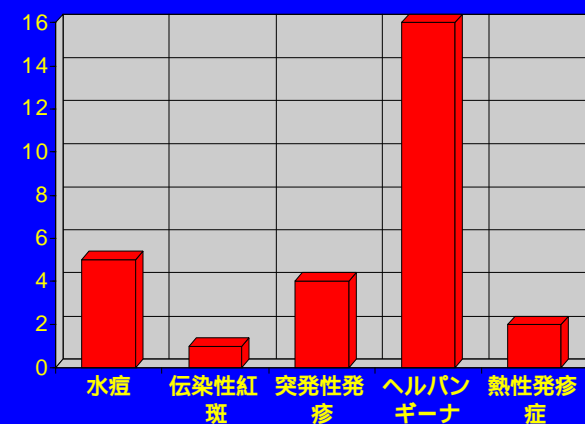
少し気になる投書がありました。内容は、「お母さんクラブ・投書コーナー」に全文掲載しています。興味のある方はご覧ください。紙面の都合で、ここには載せられません。どうしても読みたい方は、受付まで申し出てください。解釈によっては、なかなか辛辣な内容です。反論を書こうかとも思いましたが、あえてしません。当院は自信をもって、他の人にも読んでもらいます。感想を是非お願いします。一つだけ、看護婦の名誉のために書いておきます。当院では、点滴や採血は原則として、お母さん達には立ち合わせません。理由は、小生のポリシーです。こどもが苦痛や不安を訴えている時に、助けるはずの親がそばにいて手を出さないのはこども不信感を与えることとなります。母親は、こどもを守るものそれが正しいと思っています。しかし、忙しいときには、止むを得ずお母さんに押さえてもらうこともあります。決して下手なところをお母さんに見せないためではありません。多くの人は、解かっていると思ひますが。

もう一つ高橋杏奈ちゃんから絵本を80冊以上寄付していただきました。みなさんも待合室で目にして御存知かと思ひます。本当にありがとうございます。みんなで大切に使いましょう。

待合室のコンピューターに、お知らせコーナーを作りました。病院や行政からの新しいお知らせを載せてあります。どうぞご覧ください。まだまだ投書、その他待ってますよろしくお願ひいたします。

- 『投書』では、病院や診療その他に対するものです。おほめの言葉やお叱りの言葉だけでなく、要望・希望もどうぞ!
- 『穴場情報』では、お母さんたちがよく集まる場所、子供の楽しい遊び場、掘り出し物のあるお店等何でも結構です。
- 『求む友人』では、引っ越したばかりで、お友達がいない。近くに、同じ年頃の子供がいない。サークルや趣味の集まりを探している。
- 『子供自慢』では、自慢のお子さんの写真や作品とともに、紹介してください。

7月の感染症の集計



7月は、開業以来の混雑でした。どういうわけか、冬よりも患者さんの数が多かったのです。特に目だった感染症はありません。夏風邪で、ヘルパンギーナ、発疹(じんましんや輪状紅斑)がでるもの多く見られました。ヘルパンギーナはもっと多いと思いますが、明らかに喉に白い水疱や潰瘍があるものだけにしました。忙しさのあまり、病名が抜けてしまっているかもしれません。他には6月からの続きで、喘息様の症状や肺炎なども引き続き見られました。現在は、かなり少なくなってきています。

下痢があり心配な場合は、便の培養検査をしましたが、もちろん0-157による出血性大腸炎はありません。

病気の流行は、落ち着いてきました。ゆっくり話ができるチャンスです。

臨時休診のお知らせ

8月24日(土)～25日(日)に、姫路市で日本小児科外来研究会が開催されます。院長は、INTERNETと院内電子掲示板の発表をします。

8月24日(土)は、休診となります。

前日の午後に出発するため、**23日(金)**の健診予防接種はありません。午後の診療は、代診の先生となります。

ご理解の上、ご協力お願ひいたします。

編集後記

やっと夏らしくなってきました。小児科では、1年で一番患者さんが少ない月です。やっと骨休みが出来そうです。何かにつけ、追いかけられている感じで、意識はいつも師走です。少しのんびりできるかと思うと楽しみです。夏期休暇、学会の休みとご迷惑をおかけしますが、よろしく!

夏は、お出かけや旅行の多い季節です。また事故も多い季節です。十分に注意して、こども中心のスケジュールを立ててください。この夏を楽しみ思いに出られるようにしましょう。みなさんも大いに夏を楽しんでください。



目次に戻る

前の号

次の号