



RAKUWA  
lecture of health

第91回 らくわ健康教室

2012年3月23日



日進月歩? 温故知新?  
子どもの病気  
「これ、うそ? ほんと?」

洛和会音羽病院 小児科 医長 や かみ たか ゆき 八上 隆行



子どもたちのために、未来へ…

洛和会ヘルスケアシステム®

洛和会丸太町病院 洛和会音羽病院  
洛和会音羽記念病院 洛和会みささぎ病院

# 日進月歩? 温故知新? 子どもの病気「これ、うそ? ほんと?」




医学の進歩は速く、多くのことがわかってきました。今まで信じられてきたことが実は正しくなかったり、昔から言われてきたことが医学的にも正しく、先人の知恵に脱帽することもあります。また、正しいとも間違っているとも、どちらともいえないものもあります。

小児科外来で実際にあった質問をもとに、何が正しいのか、正しくないのかを解説します。

## 熱を出したとき

**Q** 生後10カ月の子どもが、夜になって急に高熱(39.0℃)を出しました。座薬で熱を下げたほうが良いでしょうか?

**A** 熱は必ずしも下げなくて良いですが、状態によっては下げた方が良いでしょう

 熱は体がウイルスや細菌と闘っていて、正常に反応している証拠です。ただし、発熱による苦痛や食欲低下があれば、座薬などの解熱剤で緩和させてあげてください。重要なのは、体を休めて水分や栄養補給をすることです。

### 発熱についての対応

小児の発熱の大部分は感染(ウイルス、細菌)に伴うものです。発熱に対して解熱剤を使用するかどうかは、まだ結論がついていません。現時点では解熱剤のもつ長所と短所を理解しながら必要に応じて使用するのが良いとされています。

#### 長所

- 循環・代謝系の負担減
- 苦痛の除去
- 安静の保持
- 水分、栄養補給を補助
- 夜間の睡眠


#### 解熱剤

#### 短所

- 感染増強の可能性
- 感染持続の可能性
- 実際の発熱がわかりにくくなる

**Q** 子どもが風邪をひいています。熱は下がってきても元気も出てきましたが、まだせきや鼻水がひどいです。お風呂は入らない方が良いでしょうか?

**A** もうお風呂に入ってもかまいません

 熱が下がっていれば、お風呂に入ってもかまいません。また、発熱があっても、高熱でなく機嫌が良ければ、ぬるめのお湯(38~40℃)に入っても大丈夫です。10分程度で出るようにし、湯冷めに気を付けてください。ただし、生後6カ月以下の乳児に関しては、体温調節がまだ未熟なため、慎重に対応してください。

### 風邪のときの入浴について

昔から「発熱時は入浴しない・させない」ことがよく言われていました。現在では、入浴の長所、短所を理解したうえで発熱時でも微熱で全身状態が良好なら入浴を認める方向にあります。

#### 長所

- 汗や汚れの除去
- 血行改善
- 精神のリラックス
- 筋肉の緊張緩和
- 気道の加湿

#### 入浴

#### 短所

- 体力消耗
- 炎症悪化の可能性
- 心肺機能の負荷


## アレルギーについて

**Q** 上の子が卵アレルギーです。妊娠中ですが、母親は卵を食べない方が良いのですか?

**A** 卵を食べてもかまいません

**Q** 生後6カ月の子が、血液検査の結果、牛乳アレルギーがあると言われました。現在まだ授乳中ですが、母親は牛乳を飲まない方が良いですか?

**A** 牛乳を飲んでもかまいません  
(中等症以上の食物アレルギーがある場合を除く)

 妊娠中、授乳中の母親や子どもが、食事制限を行った場合と、行わなかった場合では、長期的には食物アレルギーの発症率に差はないと報告されており、食事制限は推奨されていません。



### 食物アレルギー発症予防のための 栄養法に関する指針の比較

定義/項目	AAP 2008	ESPAC/ESP GHAM 2008	SP-EAACI 2004/2008	IPGFA2012 (日本)
ハイリスク児 の定義	両親・兄弟や姉 妹に1人以上 のアレルギー	両親・兄弟や姉 妹に1人以上 のアレルギー	両親・兄弟や姉 妹に1人以上 のアレルギー	両親・兄弟や姉 妹に1人以上 のアレルギー
妊娠中の 母親の食事制限	根拠(研究結 果)なし	推奨しない	推奨しない	推奨しない (偏食はしない)
(完全) 母乳栄養	生後3~4カ月 は根拠(研究 結果)あり	生後 4~6カ月まで	最低生後4カ 月まで。可能 なら6カ月まで	母乳栄養が混 合栄養に比べ てアレルギー 予防に優れて いる十分な証 拠はない
授乳期の 母親の食事制限	アトピー性皮 膚炎発症低下 の根拠(研究 結果)あり	推奨しない	推奨しない	推奨しない (偏食はしない)
人工栄養	(牛乳タンパ クに対して) 加水分解乳 の効果あり (大豆乳は推 奨しない)	低アレルギー 化ミルク	低アレルギー 化ミルク	低アレルゲン 化ミルクを使用 する場合には、 医師の指導の もとに行う

食物アレルギー診療ガイドライン 第11章 一部簡略

**Q** テレビで、卵アレルギーの子どもに対し、卵を食べさせてアレルギーを治しているのを見たのですが、うちの子(卵アレルギーの)にも食べさせた方が良いですか？

**A** 無理に食べさせない方が良いです

全ての人に当てはまるわけではなく、危険性も高いので、必ず医師と相談してください。

### 予防接種について

**Q** 最近、新しい予防接種が増えてきましたが、全て受けた方が良いのですか？

**A** 基本的に全て受けてください

**Q** インフルエンザの予防接種を受けたのに、インフルエンザにかかってしまいました。ワクチンには今年の流行株は入っていなかったのでしょうか？

**A** 流行株は入っています

予防接種は積極的に受けましょう。感染しても、軽症に抑えられます。インフルエンザのワクチンは、発症予防ではなく、重症化を抑えるためのワクチンで、毎年接種する必要があります。

### 小児向けワクチン接種の国際比較

ワクチンの種類	途上国	日本	先進国
ジフテリア/ 破傷風/ 百日咳(DPT)	全菌体 ワクチン	無菌体ワクチン として3種混合	無菌体ワクチ ンとして多種混 合(3種以上)
B型肝炎		普及度低い	普及度高い
麻疹(はしか)	単一提供	風疹との 2種混合(MR)	風疹、おたふく かぜとの3種 混合(MMR)
ポリオ		生ワクチン	不活化ワクチン
BCG(結核)		普及度高い	現在見直し中
水痘		普及度低い	普及度高い
Hib(ヘモフィルス インフルエンザb菌)	普及度低い	普及度低い (最近任意接種で認可)	普及度高い

Nature Medicine Vol.11, No.4 S12 (table1) より一部改変 小児内科 Vol.42 No 12, 2010-12

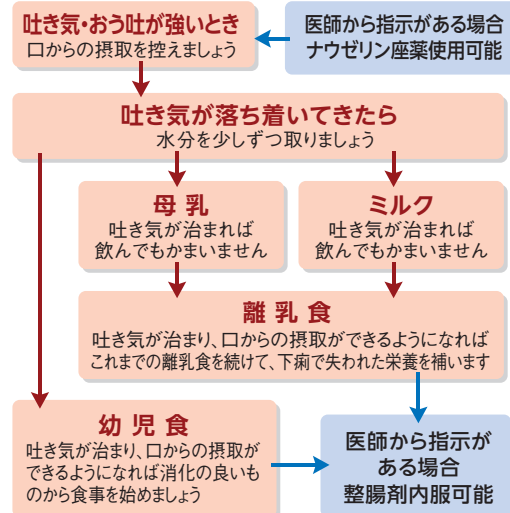
日本は最近になってようやく予防接種の認可が進みつつありますがワクチンについてはまだ後進国です。

### そのほかの症状について

**Q** 子どもが感染性胃腸炎で、おう吐は治まりましたが、下痢は続いています。食事はお粥でないといけませんか？ また、ミルクは与えない方が良いですか？

**A** ●普通のご飯で良いです  
●ミルクも普通に与えてかまいません

### 感染性胃腸炎の対応



## 日進月歩? 温故知新? 子どもの病気「これ、うそ? ほんと?」

**Q** 2歳の子どもが、鼻水とせきの風邪をひいています。抗生剤を飲めば、早く治りますか?

**A** 抗生剤を飲んでも、  
風邪は早く治りません



抗生剤は、細菌感染症に対して効果があるのであって、風邪症状の多くの原因であるウイルスには効果がありません。

### 抗生剤にまつわる誤った認識

- ~~いい抗生物質で早く治すのが良い~~
- ~~抗生剤を飲めば風邪の予防になる~~
- ~~昨日から発熱し、すぐに抗生剤を飲んだので熱が下がるはずだ~~
- ~~抗生剤の点滴をしたら、すぐに治る~~

**Q** 子どもが転んで膝を擦りむきました。シャワーで傷口を洗いましたが、その後、傷口はどのようにすれば良いですか?

**A** 塗り薬を塗って、  
ガーゼで閉じて  
おきましょう



傷口からは、細胞成長因子が多く含まれる浸出液が分泌され、それが傷の治癒を促進させます。消毒を繰り返すと、治癒を促す細胞まで殺菌してしまいます。傷の治癒の基本は「傷の面を乾かさない、消毒しない」です。

### 子どもの湿潤療法の実例

**症例** 3歳、男児  
右足が自転車の車輪に巻き込まれ受傷



**受傷直後**

右足踵部に出血を伴う  
すり傷・切り傷あり



ポリウレタンフィルムを  
上から固定



**受傷後 5日**

傷の周囲が  
湿って軟らかくなっている



**受傷後 8日**

ワセリンを塗布し  
ポリウレタンフィルムで固定



**受傷後 33日**

治癒

**Q** 1歳の子どもが今朝から発熱しています。夕食の最中、突然ひきつけを起こしました。どうすれば良いですか?

**A** 横にして寝かせ、  
口元をタオルで拭く程度にする



けいれんが起きたときは、あわてないことです。静かに寝かせ、その状態を観察してください。おう吐した場合は、吐いた物がのどに詰まらないよう、右側を下にして寝かせます。舌をかんでしまうことはありませんので、決して口の中に手を入れないでください。

**けいれんの多くは5分以内に治まります。  
けいれんが起きたときは、救急受診してください。**



洛和会音羽病院  
小児科 医長

や かみ たか ゆき  
八上 隆行

専門分野 アレルギー

専門医認定・資格など ●日本小児科学会専門医  
●臨床研修指導医