



HELLOWみどり



お子様が風邪などの病気にかかり、保育園や幼稚園に通えない時に、お預かりする施設です。

★新型コロナウイルス感染症の陽性者が、一定数微増しています。病児保育をご利用の方は、めざわこどもクリニックホームページ“病児保育室みどり”の受け入れ対応を参照してください。

先月の病児保育利用者の主な病名（2025年8月）

急性咽頭炎、ウィルス性胃腸炎、溶連菌感染症、中耳炎

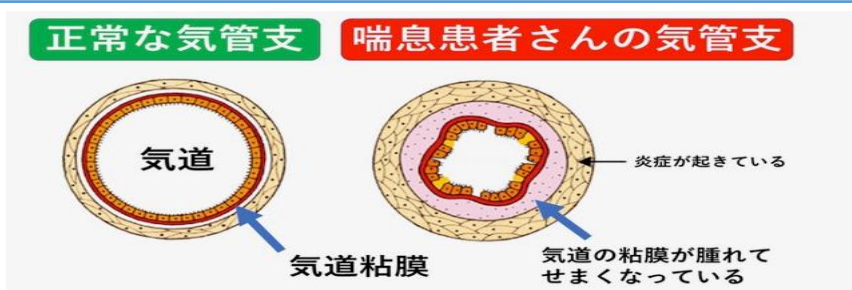


今月のトピック



小児喘息ってどんな
病気??

喘息は、呼吸をするときの空気の通り道（気道）がアレルギー性の炎症のために狭くなり、呼吸が苦しくなる病気です。



小児喘息では次のような症状が特徴です

- ✓ 泣いたり不機嫌になったりすることが多くなる。
- ✓ 風邪を引くたびに咳が続く。
- ✓ 呼吸をする時に「ゼーゼー」「ヒューヒュー」と音が出る。
- ✓ 遊びまわって遊んだ後に咳が出始める。
- ✓ 夜間や早朝に苦しそうに咳をする。

診断

乳幼児のお子さんは気道が狭いため、風邪をきっかけに一時的に喘鳴（ゼイゼイすること）を引き起こすことがあります。そのため、明らかな喘鳴を3回以上繰り返し、喘息治療薬により改善することが見られた場合、喘息の診断となります。



①喘息を悪くする原因を減らす。

- ✓ タバコや花火などの煙のような刺激物質によって発作になることがあります。花火をする時はマスクを付けると良いです。
- ✓ アレルゲンも喘息の原因になります。ダニやハウスダスト、ペットの毛やフケ、カビや花粉。ベットや布団にも掃除機をかけるのも効果的です。
- ✓ 子どもの発作の原因として一番多いのは風邪です。風邪を完全に防ぐのは難しいですが、適度に予防しましょう。
- ✓ 季節の変わり目や台風などの気象の変化でも発作の原因になることがあります。避けることは難しいので普段からのコントロールを心がけましょう。

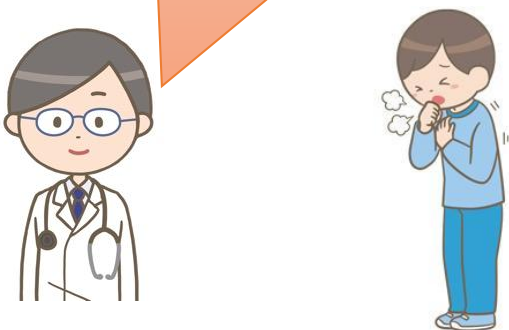
②気道の炎症を抑えるために薬を使う。

- ✓ 慢性的に続く炎症を抑えて発作を予防する薬（長期管理薬）の内服や吸入を行う。これは、発作がなくても定期的に毎日続けることが大切です。続けることで、少しずつ気道の炎症が改善され発作が起きにくくなります。
- ✓ 自己判断で薬はやめないようにしましょう。
- ✓ 気道を広げて発作を止める薬（発作治療薬）発作が起きた時に、気道を広げて呼吸を楽にする薬です。

③発作が起こりにくくなるように体力をつける

- ✓ 適度な運動、バランスの取れた食事、十分な睡眠や規則正しい生活を心がけましょう。

このような症状の時は
すぐに受診しましょう



- 会話ができない
- 遊べない
- 横になることができない
- 食事ができない眠れない
- 顔色が悪い
- 唇が紫色をしている
- 息を吸う時に胸がベコベコへこんでいる
- 離れていても、ゼエゼエ聞こえる

判断に迷った場合はめざわこどもクリニックにご相談ください