

小児科専門医が、お母さん・お父さんからの よくあるご質問に答えます（第3回）

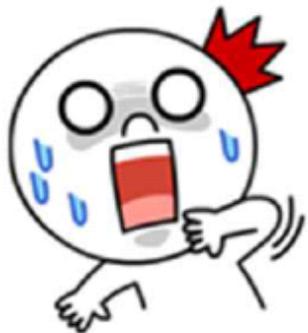
むらたファミリークリニック(2021年10月開院予定)

村田 真野 (むらた しんや)

小児科専門医・総合内科専門医
医学博士



今回（第3回）は・・・

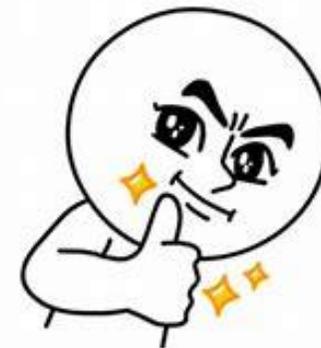


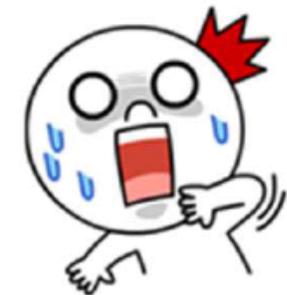
③ 『熱はないし元気だが、咳と鼻汁が長引いている！
病院を受診するタイミングは！？』

④ 『繰り返す湿疹がある！ さてどうする！？』

⑤ 『うちの子、便秘かしら？ さてどうする？』

です。



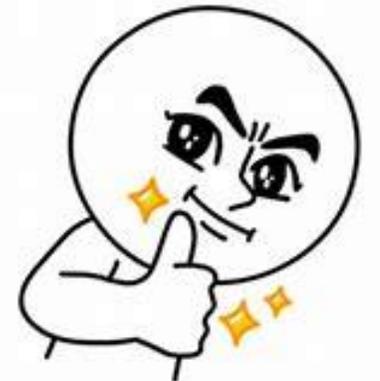


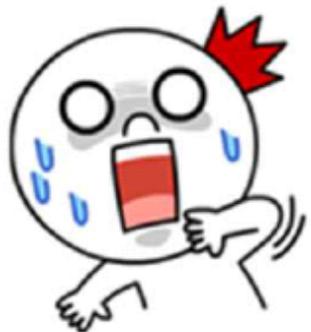
③ 『熱はないし元気だが、咳と鼻汁が長引いている！ 病院を受診するタイミングは！？』

- 『咳が10～14日以上持続する場合』は、なんらかのアレルギーが関係する咳、百日咳・マイコプラズマなど抗菌薬による治療が必要な咳である可能性があります。また、咳が長引くほど治すのが難しくなることがあります。
➡なるべく医療機関を受診しましょう(できれば小児科)。
- 『咳が夜間寝ているときにも出ている場合』は、喘息発作(これもアレルギーによる咳です)や気管支炎の可能性がありますが。
➡必ず医療機関を受診しましょう(できれば小児科)。



- 『**鼻汁が出ていて、夜間寝苦しそうな場合、あるいは眼脂(目ヤニ)・耳痛・頭痛のいずれかがある場合**』は、中耳炎・副鼻腔炎で抗菌薬による治療が必要である可能性があります。
 - ➡なるべく医療機関を受診しましょう(耳鼻科・小児科両方OK)。
- 『**咳と鼻汁が1週間以上持続していて、それから発熱して咳と鼻汁が増強した場合**』は、まれですが途中で肺炎になっている可能性があります。
 - ➡必ず医療機関を受診しましょう(できれば小児科)。





④ 「繰り返す湿疹がある！ さてどうする！？」



1:「皮膚科や小児科でもらった薬(軟膏)を塗っても治らない。」

2:「薬(軟膏)を塗ったら数日で治るが、やめるとすぐにまた湿疹が出てくる。」

・ ・ ・ ということですね？



湿疹で皮膚科あるいは小児科を受診するときの心得

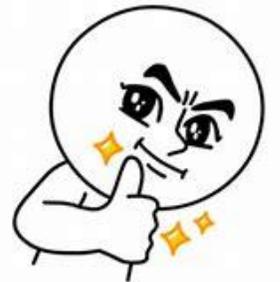
- ①湿疹以外の症状(咳・鼻)なども伝えましょう。診断がつきやすくなります。
- ②お薬(軟膏)を処方してもらったら、下記を必ず医師に確認しましょう。
 - ・ 1日何回塗るのか？
 - ・ どれくらいまで塗り続けるのか？
 - ・ 塗り続けてもどれくらいの間で効果がなかったら再診すればよいのか？



湿疹で皮膚科あるいは小児科を再診するタイミング

医師に指示された回数・期間を守って、お薬(軟膏)を塗っても
“2週間以上” 湿疹が治らないとき、また、やめると湿疹が再発するとき、
が皮膚科あるいは小児科を再診するタイミングです。

☆今まで通っていたところとは別の診療所を受診するときは、必ず前回診てもらった医師の処方分かるように『お薬手帳』を持っていきましょう。これがないと、同じ治療の繰り返しになりかねません。

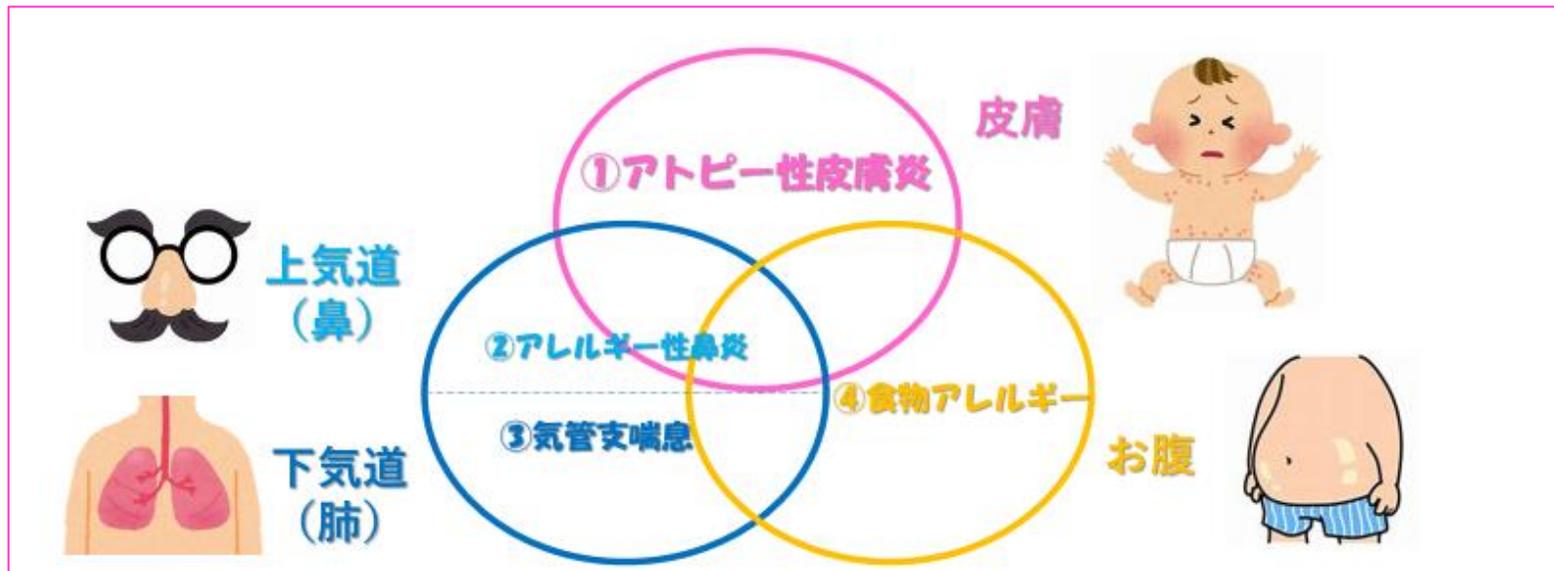


長引く、あるいは繰り返す湿疹は『アレルギー(＊)』が関係していることが多いようです。皮膚科あるいは小児科を受診して相談しましょう。

＊アレルギー:簡単に言うと、なんらかの異物による刺激により慢性的な炎症が持続している状態。
アレルギーは治療に時間がかかる場合があります。

＊＊子どものアレルギーの代表的なものは「アトピー性皮膚炎(皮膚)」、「食物アレルギー(お腹)」、「アレルギー性鼻炎(鼻)」、「気管支喘息(肺)」の4つです。

＊＊＊繰り返す湿疹は「アトピー性皮膚炎」の前段階である可能性もあります。





『乾燥肌』について

Q:うちの子、『乾燥肌』なのですがほっといてもよいのですか？

A:『乾燥肌』は保湿剤によるスキンケアをすすめます。

『乾燥肌』のお子さんはなんらかのアレルギーを持っていることが多いようです。

また、【長引く咳と鼻汁】と【繰り返す湿疹】があるお子さんはアレルギーが関係していることが多いようです。

つまり、『乾燥肌』はアレルギーと密接な関係があるようです。

乳児期に『乾燥肌』を放置したグループと保湿剤でスキンケアを行ったグループで比較したところ、将来アレルギー疾患になる率が保湿剤を使用したグループで低かったという有名なデータがあります。

そこで、『乾燥肌』がある場合、将来、アレルギー疾患になることを予防する目的で保湿剤によるスキンケアをすすめます。

特に、【長引く咳と鼻汁】と【繰り返す湿疹】があるお子さんは保湿剤によるスキンケアを強くすすめます(なるべく1日2回以上、3か月以上継続して保湿剤を塗る必要があります)。

『水いぼ』について

Q:『水いぼ』はほっといてもよいのですか？

A: 多くのお子さんはほっといてもらってかまいません。
「水いぼ」は正式には伝染性軟属腫(でんせんせいなんぞくしゅ)といます。

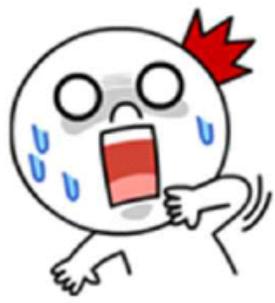
日本人のほとんどが小児期に感染します。2歳～6歳によくみられます。
90%は部分的に出現するだけで1年程度で自然消失しますが、アレルギー体質のお子さんは広範囲に出現し、消失するのに2～3年かかることがあります。

広範囲に多発している、ばい菌がはいって「とびひ」になっている場合は積極的な治療の対象となります。皮膚科あるいは小児科を受診して相談しましょう。

プールの水ではうつらないのでプールに入ってもらってかまいません。ただし、プールなど肌の触れ合う場では、タオルや水着や浮き輪などの共用は控えましょう。



今はこのようにピンセットでとることは少なくなっているようです。飲み薬の治療薬もあります。安心して下さい。



⑤ 「うちの子、便秘かしら？ さてどうする？」



まず最初に、

『毎日排便があったとしても、1日の排便の量が、お子さんの片手の拳(こぶし、グー)より小さいことが多い。』

あるいは、『たまに鹿やウサギさんのようなコロコロ便が出る。』

上記に当てはまるお子さんで、下記の2つの項目にも当てはまる方はいませんか？

- ① たまに腹痛を訴える
- ② 下痢と便秘を繰り返す

その場合は、「うちの子、便秘かもしれない」と考えて、小児科医に相談してみてもよいかもしれません。



とくに下記に1つでも当てはまるお子さんは早期の治療をすすめます。
このような便秘は本人にとって、とてもつらいものだと思います。

💀 早期に小児科に相談して欲しい便秘 💀

1: 腹痛で動けなくなるときがある。

2: 腹痛でご飯を食べなくなるときがある。

3: 排便するときに立った状態で両足をクロスさせて我慢姿勢をとる。

4: 排便のときに硬い便で肛門が切れたことがある(*)。

5: パンツやおむつに排便していないときも便がつくことがある。

6: 定期的に浣腸を使用することがある。



(*)硬い便で肛門がよく切れるお子さんの肛門には、
このような「イボ(肛門皮垂)」が見られることがあります。

浣腸は最後の手段！

小児科医の教科書には・・・

“便秘治療において【浣腸】は最低限必要時にのみ行うべきである。

小児の肛門に触るのは最期の手段と考え、なるべく避けなくてはならない。”
と書いてあります。

なぜなら、【浣腸】は子どもに恐怖をあたえることが多いからです。当然ですが、お子さんに限らず多くの方は肛門を他人に触られるのを嫌がります。

【浣腸】を定期的に使うような便秘の場合は、是非とも小児科医にご相談下さい。





便秘治療のプロについて

滋賀	佐藤	知実	滋賀医科大学医学部附属病院
滋賀	辻井	久	東近江市立能登川病院
滋賀	野崎	章仁	滋賀県立小児保健医療センター
京都	東道	公人	京都第二赤十字病院
大阪	青松	友槻	あおまつ小児科クリニック
大阪	位田	忍	大阪母子医療センター
大阪	恵谷	ゆり	大阪母子医療センター
大阪	大沼	真輔	大阪大学医学部付属病院
大阪	奥平	尊	大阪医科大学附属病院
大阪	川井	正信	大阪母子医療センター
大阪	高野	智子	大阪府立急性期・総合医療センター
大阪	瀧谷	公隆	大阪医科大学医学教育センター
大阪	玉井	浩	大阪医科大学小児高次脳機能研究所・LDセンター
大阪	趙	有季	大阪市立大学大学院医学研究科
大阪	徳原	大介	大阪市立大学大学院医学研究科
大阪	中長	摩利子	日本生命病院
大阪	藤井	善充	関西医科大学
大阪	別所	一彦	大阪大学大学院医学系研究科
大阪	本間	仁	大阪母子医療センター
大阪	宮崎	敬士	独立行政法人労働者健康福祉機構 大阪労災病院
大阪	三善	陽子	大阪大学大学院医学系研究科
大阪	村田	真野	市立ひらかた病院
大阪	望月	貴博	医療法人 希望の森 成長発達クリニック
大阪	吉村	文一	医療法人 吉村医院
大阪	和田	珠希	大阪母子医療センター

便秘で医療機関を受診したものの、出されたお薬を飲んでも治らない、まだ浣腸を使っている、という保護者の方は一度、小児の便秘のプロにご相談下さい(小児栄養消化器肝臓学会認定医、全国に150人もいない小児のお腹の病気のプロです)。

便秘のお子さんの100人のうち99人は、生活改善と適切なお薬の治療で軽快します(浣腸不要となります)。

お任せ下さい！！
ついでに保護者の方の便秘も治します！



便秘治療のはじめの一步 (マルツエキスとビオフィェルミン)

まず、乳児(1歳未満)ならば『マルツエキス』を試してください。ただの糖分(麦芽糖)なので副作用はありません。これで乳児の便秘の70%近くが軽快すると言われています。
➡2週間飲んで効果がなかった場合は小児科を受診して相談しましょう。

また、1歳以上であれば整腸剤の『ビオフィェルミン』を試してみてください。軽症ならば改善します。
➡2週間飲んで効果がなければ中等症以上なので、小児科を受診して相談しましょう。



(両方とも薬局で買えます！)

さて、いかがだったでしょうか？

また、追加のご質問などがあれば次回以降にお答えしていきたいと思います。

今後とも、よろしくお願い申し上げます。

