



EMERGENCY WATCH

No. 109 May 2020

神戸こども初期急病センター

2020年4月
受診者数
426人

疾患頻度

- | | |
|-----------|------|
| 1. 急性上気道炎 | 105人 |
| 2. 感染性腸炎 | 47人 |
| 3. 咽頭炎 | 35人 |
| 4. 感冒 | 23人 |
| 5. 喘息 | 22人 |



幼稚園・小中学校の閉鎖、活動自粛に伴い、小児における流行性の感染症発症者数が激減しています。幸い小児における重症のコロナ感染症患者はほとんど報告されておらず、こどもたちにとっては病気にならない良い時間が続いています。学校の再開に伴い、今後どのような動向となるのか要注意です。



EMERGENCY WATCH

こどもの風邪

鼻水や咳、そして発熱。元気になっていたこどもがこんな症状をみせたら心配になりますよね。

自分の子どもが病気になるのはとても恐ろしいことです。こどもの発熱のため救急外来に来られる親御さんにお話を聞くと多くの方は「熱の出始めに早く薬を飲んだほうが早く治るんじゃないか」「熱で頭がおかしくなってしまう」「高い熱があるから重症じゃないか」「いつまでも咳や鼻水が続くから大きな病気じゃないか」等とということを心配されています。

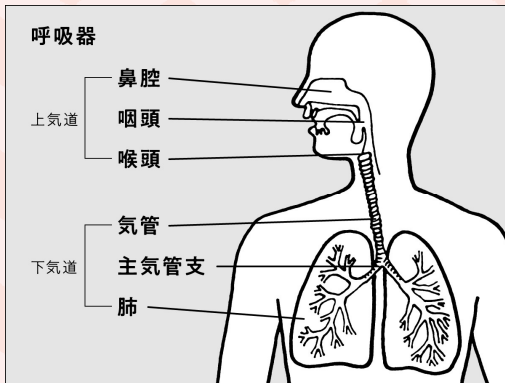
これら鼻水・咳・熱をきたすもののほとんどは風邪と呼ばれるウイルス感染症です。風邪というものについてよく理解しておけば、慌てずにすむことができるかもしれません。



今までこのエマージェンシーウォッチではいろいろな感染症についての解説が記事になっていたと思います。一度基本に立ちかえって一番基本的な「風邪」について解説したいと思います。

風邪とは

鼻水や咳があると「風邪かな？」と思いますよね。また鼻水・咳や熱があっってお子さんを医師に診せると「風邪ですね」といわれることがほとんどだと思います。風邪ってなんでしょ？医師が「風邪」とよんでいるものはのどから上の部分に炎症を起こす感染症です。



鼻やのどに炎症を起こすので鼻水や咳が出ます。咳は乾いた咳のこともあれば湿った咳のこともあります。痰がからんだ湿った咳だからといって下気道感染(気管支炎や肺炎)とは限りません。鼻はのどの奥とつながっているの鼻水がのどの奥に垂れ込んで痰が出ているように感じるものがほとんどです。私たちがみためで気管支炎や肺炎を疑うのは肩を上げ下げしながら息を吸っていたり、息を吸うときにおなかが引っ込んだり、のどがくぼんだり、呼吸が早かったりした時です。風邪は上気道の炎症ですので時には熱が出ます。熱が出るとさらに心配ですね。発熱についても知っておきましょう。

発熱

発熱は、感染症との戦いを助ける正常な反応です。発熱そのものがお子さんに害を与えることはありません。まずは服を一枚脱がせましょう(熱があるときには厚着をさせすぎないほうがよいです)。冷たい濡れタオルでお子さんの体をふくと、気分が悪くなったり震えてしまったり、さらに体温が上がって具合が悪くなってしまうことがあります。それよりもぬるめの入浴やシャワーで少し楽になることがあります。熱でつらいようなら、解熱剤でお子さんの熱を下げ楽にしてあげることができます。

ここで解熱剤という薬が出てきましたので風邪の時のクスリについても知っておきましょう。

風邪薬

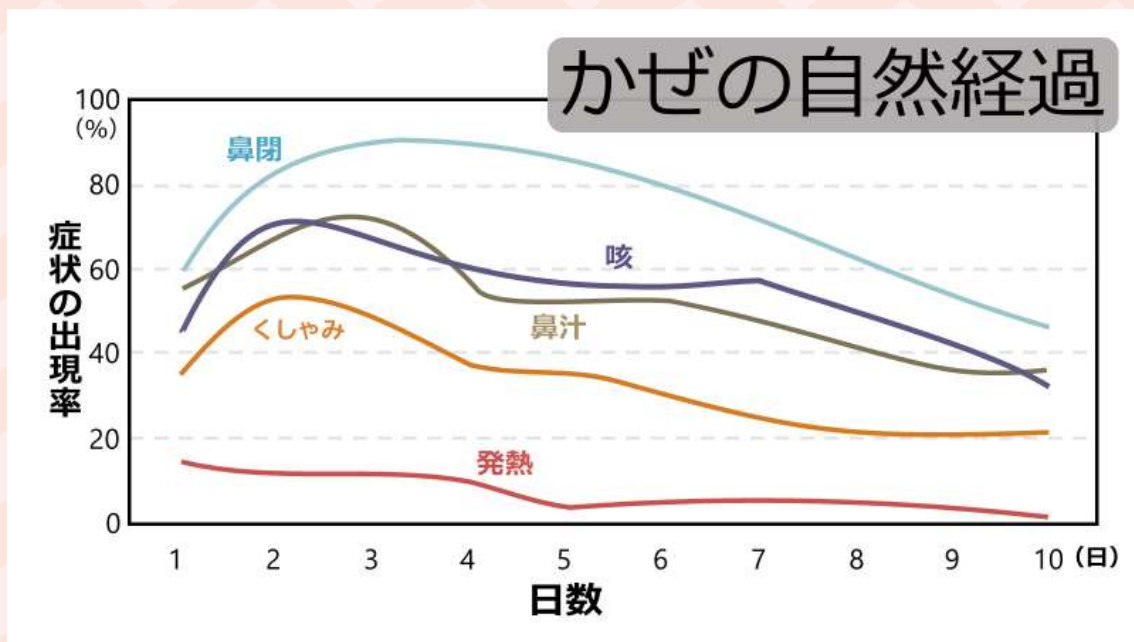
医師の診察を受けて風邪と診断されますと薬が処方されることがあるでしょう。風邪の時に処方される薬は風邪薬と称され、鼻水・咳・熱という風邪症状に対して処方されます。風邪薬はその呼び名から、風邪を治す薬と理解されるかもしれませんが決してそうではありません。時々「昨日から風邪薬を飲んだのに症状が良くならない」「解熱剤を使ったのに熱が下がらない」ということを心配して受診される場合があります。

風邪のときに処方される薬は風邪の症状を和らげるために処方されるのであってまた症状を完全に消す特効薬でもありません。子どもの免疫システムはとても強力で、風邪のほとんどは自然によくなります。何よりのクスリはゆっくりと休ませ、十分な水分をとらせることです。風邪は「日にちぐすり」といって安静にして水分をしっかりとれば日にちがたてば症状が良くなることがほとんどです。



風邪の経過

風邪は日にちぐすりという話をしましたが下の図は風邪の自然経過を表します。風邪をひくと出る症状の出現率と経過日数を表しています。風邪をひいたら2-3日ぐらいは、いったん鼻や咳の症状が強くなり、4-5日ぐらいまでに徐々に症状が良くなってきます。そして熱は5日目までにほとんどなくなります。それ以外の症状は10日たっても結構残るものです。そうとわかっていても症状が長いと心配になりますよね。



かぜ薬は風邪を治すものではありません。

ほとんどの風邪が自然に治るということをお知らせしましたが、ではどんな時に心配したらよいのでしょうか？

心配したほうがいいサイン

- ・お子さんがボーッとしている、または機嫌が悪い。
 - ・息苦しそう。
 - ・からだは温かいのに、手足が冷たく青紫色になっている。
 - ・けいれんを起こしている。
 - ・口の乾燥、目の落ちくぼみ、涙が出ないなどの脱水症の症状がみられる
 - ・生後3か月未満の乳児に38℃以上の発熱がある場合
- これらがあつた場合は早めに受診しましょう。

さいごに

今話題の新型コロナウイルスも風邪のウイルスです。詳細がわからないウイルスですが今のところ、こどもはほとんど重症化しないようです。検査やワクチンや治療薬のことがいろいろなメディアでいわれています。原因が気になるとおもいますが軽症の風邪症状は家で安静にしておくことが何よりです。