



きりんだより

2015年2月

No.117



暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続いています。現在流行中の風邪やインフルエンザにかからない為にも、日常生活に気を配りながら元気に過ごしましょう。

今回は、季節によってかかりやすい子供の病気についてご紹介します。

一年を通してかかりやすい病気もありますが、夏に流行するプール熱や、冬に流行するインフルエンザなど季節によってピークは異なります。

● 春に多い病気

新しい生活が始まる時期は、人から人にうつる病気にかかりやすい時期です。寒暖の差が激しいため体調を崩しやすいことに加えて、入園や進級などで急激に環境が変わることもあり、集団生活の中で病気をもらう機会が多くなります。特に春に流行しやすい病気といわれるものはありませんが、**溶連菌感染症**が多く発症することがあります。また、**はしか(麻しん)**や**風しん**、**水ぼうそう**など集団で感染しやすい病気には注意が必要です。

● 夏～秋に多い病気

高熱やのどの痛みの病気が多くなる時期です。薄着になったりプールが始まる為、肌や目の病気も増加します。夏かぜの代表に、口内炎と手足の発疹を伴う**手足口病**、口内炎と高熱を伴う**ヘルパンギーナ**、咽頭炎と高熱に結膜炎を伴う**プール熱(咽頭結膜熱)**があります。また、細菌性腸炎も多く発症する時期ですので、注意が必要です。

● 冬に多い病気

冬に多い病気といえば、かぜ。特に**ロタウイルス性下痢症(乳幼児嘔吐下痢症)**、**インフルエンザ**、**RSウイルス感染症**は冬に流行します。というのも、これらの原因となるウイルスは、乾燥と寒さが大好きだからです。冬の風邪は、高熱やひどい下痢、嘔吐といった症状が多いため脱水症状にも注意が必要です。また、咳や鼻水など呼吸器系の症状がでることが多いのも特徴です。

《おもな病気の流行時期》

病名	1月	2月	3月	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月
はしか	★	★	★	★	★	★						
乳幼児嘔吐下痢症	★	★	★								★	★
インフルエンザ	★	★	★								★	★
風疹	★	★	★	★							★	★
水ぼうそう	★	★	★	★	★	★	★				★	★
ヘルパンギーナ						★	★	★	★			
手足口病						★	★	★	★			
プール熱					★	★	★	★	★			
とびひ					★	★	★	★				



食欲がないときに 栄養野菜ポタージュ!

(材料)

- ・にんじん… 1/2本
- ・玉ねぎ… 1/2個
- ・かぼちゃ… 120g
- ・牛乳… 100ml
- ・生クリーム… 100ml

(牛乳・生クリーム各100mlは、生乳200mlや豆乳200mlでも可)
・コンソメ… 1個

・水… 30ml

・塩… 適量

- ① にんじん・玉ねぎはそれぞれすりおろします。
- ② かぼちゃは皮を少し残すくらいで皮を取ります。
- ③ 鍋にすりおろしたにんじんと玉ねぎ(汁も)、かぼちゃ、水、コンソメを入れて煮ます。
- ④ かぼちゃを潰すように混ぜ、全体が沸騰したら火を止め、塩(2~3つまみくらい)を混ぜます。
- ⑤ 牛乳と生クリームを入れ、ひと煮たちしたら出来上がりです。味をみて塩や牛乳を足すなどして味をととのえて下さい。

OS-1 (オースワン)

オースワンは、電解質と糖質の配合バランスを考慮した経口補水液です。軽度から中等度の脱水状態の方の水・電解質を補給・維持するのに適した病者用食品です。

感染性腸炎、感冒による下痢・嘔吐・発熱を伴う脱水状態、高齢者の経口摂取不足による脱水状態、過度の発汗による脱水状態等に適しています。

年齢	1日当たりの目安量
学童～成人 (高齢者を含む)	500～1000mL(g)/日
幼児	300～600mL(g)/日
乳児	体重1kg当たり 30～50mL(g)/日

※gは、オースワンゼリーのみに適用する。



全国の医療機関の処方箋を
受け付けております。

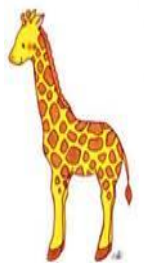
何でもお気軽にご相談ください。

きりん薬局 原田店

球磨郡多良木町多良木 2899

TEL; 42-6900

FAX; 42-6910



～今月の担当は、那須です。～