

インフルエンザの 感染予防を！

上原盛幸



沖縄全土でインフルエンザが猛威をふるっています。久米島病院でも、1月上旬よりインフルエンザの患者数が増えています。皆さま予防接種はお済みでしょうか。今回はインフルエンザに関してのお話です。

一般的にインフルエンザにかかると高熱、全身のだるさ、食欲低下などの症状が見られます。発熱は約5日間続きます。病院でインフルエンザにかかったか検査を受ける事が出来ますが、発熱して12時間経

過していないと正確な検査が出来ないので注意が必要です。

また、発熱後3日以上経過してしまつと十分な治療効果が期待できません。現在は、1日だけ内服すれば治療終了となる薬も出ていますので、少しでも疑わしい場合には上記の注意事項を確認して早めの受診をお願いします。

なかなか病院受診ができない場合でも、治療をしなくても症状自体は約1週間で治まります。その為、インフルエンザを疑わせる症状が出た場合、まずは他の方につつさないように職場等を休み、自宅に安静にすることが重要です。解熱後2日間は何につつする事も覚えておいてください。

予防接種を受けた方の場合、症状の重症化を防ぐ事ができます。ただし、感染自体を防ぐ事はできないので、感染予防は重要です。

皆さまで協力してこの時期を乗り切ってくださいましょ。

ちよつと気になる子の 見立てと支援

小枝達也先生の講演会より

小児科 渡邊 幸



国立成育医療センター副院長の小枝達也先生による講演会が12月に久米島で行われました。小枝先生は2度目の来島で、昨年同様10名の発達相談と支援者向けの講演会をしてくださいました。その中からご紹介したいと思います。

① 行動の意味を知ることが大事

「ちよつと気になる子」としては、「落ち着きがない」「集

団で遊べない」「乱暴な行動をする」などがありますが、一面だけで判断することはできません。また、周囲を困らせる行動はないが、本人が実は困っているということもあります。「パターン化して子どもを見ずに子どもの全体像を見る」「行動の意味(背景)を知る」「園と家庭の違いを理解する(家庭は小さな社会なので困り感が出にくいことがある)」「ことが大切ということを強調していました。

② 自己尊敬感

子どもは苦手な事に取り組むとき多大なエネルギーを要します。そんな時に親から「まできないの?」なんていつもこうなの?」などと叱責を受けると「こんなに頑張っているのに認めてもらえない」と気が低下します。さらに「どうしていつもこうなの?」と責められる事が続く」とどうせわかってももらえない」「何もやりたくない」と自己尊敬感が低下し、反抗的な態度が増

えてきたりします。逆に「苦手なのに頑張つて偉いね。」とねぎらいの言葉を受け、うまくできなくても「あなたはあなたのままがいいよ。そのままで大好きだよ」と言うメッセージを受け取っていると、自己尊敬感がつき、苦手なことに取り組めたりもします。

③ 叱り方

子どもの自尊心を傷つけたら、追いつめる様に叱るのは逆効果。言うことを聞かない子には「近づいて(1m以内)、穏やかに」伝える。叱るよりも取るべき行動のモデルを示し「○○しないで!」ではなく「○○しようね!」こまめに褒めると驚くほど子どもが変わります。

などなど発達障害にかかわらず子育て全般に関わる話で、1時間半があつという間に過ぎてしまいました。まだまだあるので、また別の機会にご紹介したいと思います。