



冬の注意点を  
教えてください

い。



冬に流行する  
代表的な病気

は、まずはインフルエンザです。今年は流行が早く、すでに一部の地域では流行しています。予防注射は、効果が出るまでに2週間程度はかかります。また、予防効果が期待できるのは、注射後(13歳未満の場合は2回接種後)5か月程度までと考えられています。予防には、一般的には外出後のうがい、手洗いは効果的。子どもの場合は

少なくとも手洗いの励行を。

ウイルス性胃腸炎も流行します。数回のおう吐で始まり、後に水様の便が出

ます。通常2〜3日で回復します。特に、子どもは脱水になりやすいので、水分補給が大切です。原

## 冬到来・・・インフル、胃腸炎、やけどに注意

則として、吐き気のある1〜2時間の絶食後、水分(湯冷まし)、薄い麦茶などを10ccくらいの少量で5分程度の間隔で与えます。吐いたときの吐物や便の処理は他への感染を防ぐ上で重要です。

やけどが多くなりま  
す。やけどを起すものとして多い順にあげると、みそ汁・スープなどの食品、暖房器具、電気ポット、花火、アイロン、炊飯器、鍋、コーヒ  
ー、お茶、やかんです。  
それぞれに前もって念  
入りに予防対策を。や

けどが起こつたら、最も大切なのは冷やすことです。まずは水道水、保冷剤などを使  
います。範囲が広いときは(子どもの手の



子育て相談室

ひろの大きさ以上)医療機関へ。〈水戸市中丸町の平野こどもクリニック  
院長・平野岳毅〉