

■～小児科外来より～

# 小児科外来より

こんにちは。小児科外来です。  
寒い寒い冬もようやく終わり、ぽかぽかの春がもうすぐ足音を立ててやってくる、そんな季節となりました。皆さんはいかがお過ごしですか。  
今回は、病院受診の際にご留意いただきたいことについて、お話ししたいと思います。



## <一般外来>

～待合室では～

### ・診察前の飲食は極力控えてください。

混雑で待ち時間が長くなり、ぐずってしまうお子さんを見ると、ついかわいそうで何かを与えたくてと思いますが、診察前に何かを食べるのはとても危険です。食べた後すぐや、口に物が入っている状態で診察すると、診察の妨げになるばかりか、誤飲や嘔吐の原因になります。

### ・診察しやすいように、衣類はすぐ脱げる状態にしておきましょう。

院内は適温で寒くないようにしています。厚着のままではなく、シャツのボタンを軽く留める程度で、すぐ診察できるようにしておきましょう。皆さんのご協力が、診察待ち時間の短縮につながります。

### ・咳・くしゃみのあるときはマスクを着用しましょう。

咳やくしゃみによるウイルスの飛沫は2-3mといわれています。咳が出るときは鼻や口を押さえてする、マスクをする、遠くで待機するなど心掛けてください。



### ・発疹がある時、兄弟が発疹症罹患中は、初めに受付に声をかけてください。

他の患者さんへ感染してしまう可能性があります。潜伏期間も考慮しましょう。

～診察室では～

### ・問診では、症状がいつから始まり、どの程度なのか(嘔吐下痢では一日での頻度、量)、が大切なポイントとなります。

周囲の流行状況、ワクチン接種状況も申告して頂けると診断の手がかりになります。また、赤ちゃんの場合には、哺乳状況やご機嫌の良し悪しも診断の手がかりになります。

## <健診外来>

### ・健診を受けるお子さんも、お付き添いのご家族も、体調の良い状態でお越しください。

免疫の少ない小さな赤ちゃんもいます。他の方への感染リスクとなりますので、体調の悪い方は健診を控えるようにしてください。

### ・健診はお子さんの発育・発達評価の場であり、育児相談の場でもあります。

子育ての中で、疑問、不安、悩みなどが沢山出てくると思います。一人で悩んだり、抱え込んだりせず、どうぞこの機会に質問してください。

## <最後に>



現在、私も1歳7ヶ月の息子の母として、子育て奮闘中です。先日、電車車内で、おじいさんに“子は日本の宝です。立派に育ててください！”と声をかけられました。その方は90歳だとのこと。“日本の宝”の親になれたことを幸せに思い、その宝物を大切に育てていきたいですね。子育ては体力勝負だと、日々痛感します。皆さん、忙しい毎日のことと思いますが、何をしてもまずは健康です。バランスの良い食事を1日3食しっかり食べて、しっかり睡眠を取り、体力をつけて、可愛いわが子たちのために頑張りましょう。

小児科医師 齋藤 聖子