



こあら通信

小栗小児科医院
〒933-0014 富山県高岡市野村869
TEL: 0766-23-2229
URL: <https://oguri-shounika.com>

2026年1月号 229号

冬の感染症と、受診の考え方 ～流行している感染症とご家庭での過ごし方について～

あけましておめでとうございます。お正月休みが終わり、保育園、幼稚園や学校の新学期が始まりました。今回は、流行中の感染症に罹患したときの医療機関受診の目安と、ご家庭でできる感染対策についてお知らせします。

【流行中の感染症と受診の目安】

◎現在流行している主な感染症

冬は発熱や咳、喉痛などの感冒症状、下痢・嘔吐、腹痛の消化器症状などさまざまな感染症が同時に流行しやすく続けて体調を崩しやすい時期です。全体としては落ち着いてきましたが、以下の感染症の流行が引き続きみられています。

・インフルエンザ

症状や経過に応じた抗ウイルス薬の使用で、回復を早めることが期待できます。

・溶連菌感染症

抗生素質による治療で症状を改善し、合併症リスクを下げることが期待できます。

・感染性胃腸炎

適切な経過観察と水分補給が重要です。

◎受診を判断する際のポイント

病名そのものよりも、お子さま全体のご様子を大切にされるとよいかと思います。

・水分がとれているか

・表情や反応が保たれているか

・少しづつでも改善がみられるか

判断に迷うときや「いつもと違う」と感じる時は、いつでも医療機関へご相談ください。

おこさまを診察するにあたって検査結果だけでなく、元気の有無や食事・水分摂取の状況などを総合的にみながら診療を行っています。ごきょうだいが同時に体調を崩されても、元気や水分摂取が保たれていれば、必ずしも急いで受診する必要はなく翌朝の受診も可能と言えます。しかし、症状が強く続く場合や、保護者の方が「いつもと違う」と直感的に感じる場合は、医療機関に相談するという選択肢を考えいただければと思います。

【家庭でできる感染対策】

◎家族内感染を減らす工夫

これらの感染症は家族内感染を起こしやすいです。またインフルエンザは症状が出る前から感染力をを持つこともあります。完全に防ぐのは難しいのが実情です。

予防についてすべてを完璧に行う必要はありません。日常生活で取り入れやすいものをいくつか選び、取り組んでみる、それだけで十分です。

①場所を分ける

体調の悪いお子さまは年齢に合わせて、できる範囲で別の場所で休ませる。

②共有を避ける

食器や食事やタオルなど、可能なものを分けて使う。

③こまめな手洗い

気づいたときにこまめな手洗いを意識する。

④適切な処理

吐物や便の処理には、使い捨て手袋やペーパーを利用する。

できる範囲で無理なく、感染予防に取り組んでみられればよいかと思います。



担当：小栗真人