



とんぐり通信 No269

どんぐりこどもクリニック 2026.9.1 発行
〒035-0073 青森県むつ市中央2-5-5
☎(代表) 0175-24-5656
ホームページ <http://donguri-kids.net>



カゼを含む急性気道感染症に抗菌剤は原則不要！

抗菌剤は、念のために使っておくものではなく、狙いを定めてしっかりと使うべきものです。厚生労働省では、最新版の「抗微生物薬適正使用の手引き 第四版」において、急性気道感染症に対する抗菌剤治療について、以下のように記載しています。

- 感冒（発熱の有無は問わず、鼻汁・鼻閉、咽頭痛、咳・痰の症状が同時に同程度存在するもの）
抗菌薬投与を行わないことを推奨する。
 - 急性鼻副鼻腔炎（発熱の有無を問わず、くしゃみ、鼻汁、鼻閉を主症状とするもの）
小児では原則抗菌薬投与を行わないことを推奨する。
10日以上症状が続く、39度以上の発熱と膿性鼻汁が3日以上で重症感がある場合は抗菌剤を考慮。
 - 急性咽頭炎（喉の痛みを主症状とするもの）
溶連菌が検出されていない場合は抗菌薬投与を行わないことを推奨する。
 - 急性気管支炎（発熱や痰の有無を問わず、咳を主症状とするもの）
ウイルス性が90%以上を占め、成人では百日咳を除いて抗菌薬投与を行わないことを推奨する。
小児では、2週間以上長引く湿性の咳、マイコプラズマや百日咳の場合は抗菌剤を考慮。
- また鼻汁や痰の色だけではウイルス感染症と細菌感染症との区別はできないことにも注意が必要です。

表1. 急性気道感染症の病型分類 文献3,20,21より改変

病型	鼻汁・鼻閉	咽頭痛	咳・痰
感冒	△	△	△
急性鼻副鼻腔炎	◎	×	×
急性咽頭炎	×	◎	×
急性気管支炎	×	×	◎

◎：主要症状、△：際立っていない程度で他症状と併存、×：症状なし～軽度

院 長

3 予防注射をする前に

注射と聞いただけで大泣き・大暴れしてなかなか出来なくて困ったという経験はありませんか。少しでも痛く嫌な思いを減らすためにはどうすればよいでしょう。

① ちゃんと話してから受診しましょう

予防接種へ行くことを内緒で受診すると、子供は騙されたことに怒り、興奮、大暴れし、深く傷つきます。その結果、次の予防注射がもっと難しくなってしまいます。＜いつ行くのか＞＜なぜ注射を打たなくてはならないか＞を前もって正直に話してあげましょう。

② 痛くないから・・・はNG

大人にとっても注射は痛いもの。痛くないとウソをつくのではなく「ちょっと痛いけど〇〇ちゃんなら大丈夫、がんばれる！」「1. 2. 3 で終わっちゃうよ」など、その子なりの理解できる、イメージできる言葉を選んで伝えてあげましょう。

③ しっかり支えてあげましょう。

子供の体をしっかり固定しないと、子供が腕を動かして力が入り注射による痛みが増してしっかり固定しないと、また、固定できず注射するまでの時間が長くなれば、その分恐怖を感じる時間も長くなってしまいます。注射する側以外の腕・体・脚をしっかり抑えてあげましょう。安全に行うためにはスタッフと保護者の協力が必要です。

④ 終わった後の対応がとっても大切！子供をいっぱい褒めてあげましょう。

声かけして嫌な記憶をリセットできるようしっかり褒めてあげて下さい。頑張れた！出来た！と自信にもなるでしょう。

9月の予定

日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4 臨時 休診	5 臨時 休診
6	7 午前 休診	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21 敬老の 日	22 国民の 日	23 秋分の 日	24	25	26
27	28	29	30			

10月の予定

日	月	火	水	木	金	土
				1	2	3
4	5	6	7	8	9	10
11	12 スポー ツの日	13 午前 休診	14	15	16	17 インル 集中
18	19	20	21	22	23	24 インル 集中
25	26	27	28	29	30	31

子どもの鼻水どうしてますか？

はな水が垂れていたら拭いている、かませている、といっても奥の方は結構グズグズしています。

そのままにしていると、夜間の咳が強くなったり、目やにがでたり、細菌がついて急性中耳炎になったりします。

★乳幼児は鼻吸引器を使って、こまめに吸引取りましょう。

★鼻をかむときは片方ずつ、はな水が出なくなるまでかませましょう。小さい子供は歯磨き同様、仕上げに鼻吸引器で吸ってあげましょう。

★小学生以上の子でも、上手く鼻をかめない子が結構います。ちゃんとかめているか親が確認してみてくださいね。

<おねがい>

診察の前はお菓子やジュース・ミルク等

を食べたり飲んだりしないで下さい。

のどをみたりする時に吐いてしまう事が

あります。与えるのは診察が終わった後

をお願いします。

今月の○×クイズ 春分の日と秋分の日、 昼と夜の長さが同じになる

前回の解答 ○

Q：日焼け止めと虫よけスプレー、先に塗るのは日焼け止め

A：日焼け止めを先に塗ったり、混ぜて塗ったりすると、日焼け止めの紫外線防止効果が大きく減少することや、虫よけ成分の皮膚から体内への吸収が過剰になることが報告されているため、必ず日焼け止めを先に塗りましょう。なお保湿剤も塗る場合には保湿剤を最初にしてくださいね。

