

# 「たがが鼻水 されど鼻水」と「保育園症候群」

ver4.9 (H27年4月～) 120821 : ファミリークリニック小塚

## (1) 2歳未満の乳児は、



通称「保育園症候群」  
になりやすい!

ドロドロした鼻水（副鼻腔炎）や中耳炎・気管支炎や結膜炎などの感染症を繰り返しやすい!

通称「保育園症候群」「保育園通いはじめ症候群」(ナーサリースクール症候群) nursery school 等

「保育園症候群」富山県小児科医会 新谷尚久先生発表 (H24年4月小児科学会)

0～1歳児は季節に関係なく、年間を通して感染を繰り返す

月に2日以上以上の休園が多い

2歳～になると、感染の流行時・季節性に休園するようになる

- ① この情報を**保護者と保育園・医師が共有する事が大切**
- ② また**年齢に応じた感染対策が必要**

- ① 両親のガンバリどき!
- ② 利用できるサービスは何でも使う! (病児保育、子育てサポート等)
- ③ 抱え込まない!

よくあるケース

\* 保育園に入ったばかりの生後10ヶ月男児、(不思議なことにジャニーズ系のかわいい男児が多い)

\* 入園後すぐに鼻水のカゼをもらい発熱数日間、やがてどろどろした鼻汁となる、中耳炎が心配で耳鼻科へ、切開しないこともあるが、

通うたびに違う種類の抗生剤処方を受け、月の半分近く抗生剤(時にニューキノロン系を数ヶ月に渡り数十日間)を飲んでいる

\* 時にゼーゼーする気管支炎(細気管支炎)や胃腸炎にかかり小児科へ。「抗生剤ください」というと時に「カゼに抗生剤は効きませんよ」と言われ、

どうしてよいのかわからなくなる。医師も「大きくなったら良くなりますよ」というが、肺炎・気管支炎・喘息・中耳炎が心配。仕事も休めないのでストレスになる

\* 近くに頼る親類もおらず、田舎から祖父母を呼び寄せたり、時には県外まで子どもを預けにいたりする

\* 時に「あなた方の育て方が悪い」と関係ないことを言われたり、職場での冷ややかな視線などをあびる

\* はじめての熱性ケイレンを起こす、救急にて抗ヒスタミン薬(鼻汁を止める作用)も原因の一つと言われるが、多くの医療機関では普通に処方、薬局でも注意はされない。

\* そうこうしてるうちに、手足口病、水ぼうそう、アデノウイルス(結膜炎、扁桃炎)にかかりインフルエンザの季節に突入→同じコースを2年繰り返す

\* 2年目すぎから、同じ病気でも軽く済むようになる

\* 3歳からは、あんなに「び～ら～(泣き虫)」だった長男も「う～まく～(わんぱく)」に大変身する。小児科でも「お兄ちゃんになったね～」と言われ本人は鼻高々であるが、あんなに「び～ら～」だったことをスタッフに指摘されると恥ずかしくて照れ笑いしている

## (2) クリニックとして軽症のカゼ・鼻水のだけの場合には

### 抗生剤をなるべく使用しない方針（必要なときにはしっかり使う）

#### ① 細菌・ウイルスへの免疫力が低い

ドロドロした鼻水・痰の中にいる菌（肺炎球菌、インフルエンザ桿菌、モラキセラ菌の3大菌）への免疫力が低い  
→ワクチンデビューは生後2ヶ月からお願い！  
ウイルス感染も初めて経験する時が一番きつい  
→繰り返すうちに軽く済むようになる



健康成人は鼻かぜ

同じRSウイルスでも



赤ちゃんとは「細気管支炎」

同じRSウイルスでも

#### ② ピンポン感染

集団保育→一度治っても、お互いに感染しあうため。  
また、耐性菌は鼻粘膜から簡単に周囲に広がる。

排便・排尿も自分で管理困難  
→胃腸炎の集団感染



鼻の粘膜から、耐性菌  
は周囲へと広がる！

赤ちゃんに手洗いは！？

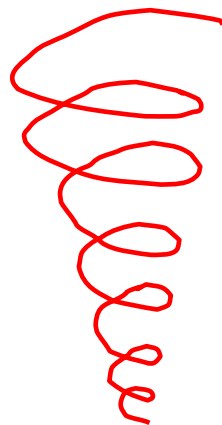


#### ③ 耐性菌の増加

不要な抗生剤の使用が多い。  
“カゼに抗生剤”が安易に行われている  
～いざと言う場合に効かない！

抗生剤「出しときましようね」

抗生剤「ください」と悪循環スパイラルへ



↑  
悪循環  
↑  
また、別の抗生剤  
↑  
効かない  
↑  
カゼに抗生剤

#### ④ 発達の問題

大人と違う鼻腔・中耳の解剖と働き。

耳管の傾斜、側頭骨の発達

感染しやすく治りやすい。

大人タイプの副鼻腔炎（ちく膿症）は4～5歳から。

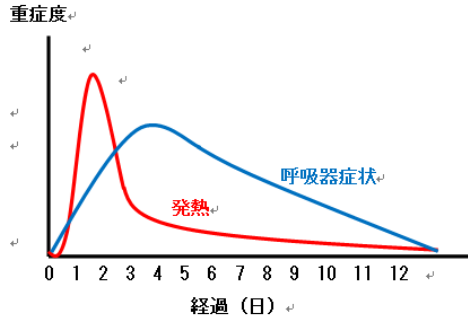
乳児～嘔吐しやすい（食道―胃逆流現象など）

鼻がかめない、痰が出せない、、、など

### (3) 家庭で出来ること！

#### ① 鼻かみの練習 鼻みずを吸引

こまめに、根気よく続けること！  
鼻水は7～10日続くこともある



#### ④ 鼻みずが透明

咳もない時は、

抗生剤を使用せず、吸入吸引をこまめにおこなう。

- \* 鼻水のみなら予防接種 OK
- \* 痰を切るお薬、
- \* 漢方薬（十全大補湯など）で予防
- \* 新生児に母乳点鼻もあり
- \* 無理に鼻水止めようとしない！
- \* 抗ヒスタミン薬で悪化・副作用あり

#### ② 禁煙すること！

；怒らずにお願いします( \_ )

外で喫煙しても乳幼児の影響は30%も増加～呼吸、衣服にもニコチンが残っていると乳児に影響あたえます

《早く治したいならば子供のためにも禁煙を！》

#### ⑤ ドロドロ鼻汁が

7～10日以上の場合

(10 day's ルール)

10日以上続くドロドロ鼻水・痰がらみの場合中耳炎・気管支炎などの合併も考える  
→発熱あり+喘鳴ならまず小児科へ  
→発熱なし+鼻水のみなら耳鼻科へ  
抗生剤使うならしっかり使うこと！  
0-3歳；肺炎球菌、4歳；インフルエンザ桿菌；  
耐性菌対策、培養

#### ③ 入園前に！ 肺炎球菌ワクチン接種完了する

細菌性髄膜炎、肺炎、中耳炎等の予防にもなります  
病院通いの回数が減ります！

「生後二ヶ月ワクチンデビュー」VPDの推進  
ロタウイルスワクチンも、、、検討・ただし自費\*  
→ロタウイルス胃腸炎の予防になる  
水ぼうそうワクチン、ムンプスワクチンも任意だがお勧め

#### ⑥ 自宅で鼻水の吸引

鼻洗浄水の作り方

- 1) 薄目の食塩水  
(食塩 10g 重曹 2.5g 水 500ml 作りおき)、  
ペットボトルなど、冷蔵庫保存
- 2) スポイト等で数滴、鼻内に垂らす。
- 3) その後、市販の鼻吸引器（シンプルな口で吸うタイプで可）で吸引



#### ⑦ 自分で鼻をかむ練習

はなかめるソウ  
2才を目標に練習

\*業者とは関係ありませんので！( \_ )