



## 高田病後児保育所「ぬくみ」 掲示板



### 【11月のテーマ】 マイコプラズマ肺炎

高田病後児保育所スタッフより

冷たい空気の中に降り注ぐ太陽の光が、心と体をポカポカ温めてくれるようです。今月は「マイコプラズマ肺炎」です。秋から冬にかけて子どもに流行する病気の1つです。病名をきくと「肺炎だから大変な病気!」と思われる親御さんも多いのではないのでしょうか。そこで、マイコプラズマ肺炎の症状や治療方法、ホームケアなどお伝えします。

#### ☆マイコプラズマ肺炎とは?

マイコプラズマという細菌によって起こる肺炎です。免疫が強い人ほど症状が重くなる傾向にあるのが特徴で、病気や細菌に対して免疫力の弱い赤ちゃんよりも、4~5歳以上の子どもの方がかかりやすいといわれています。軽度の風邪症状や気管支炎、肺炎と様々な症状を引き起こします。潜伏期間は比較的長く、1~4週間ほどです。感染力は強くはないですが、飛沫や濃厚接触にて感染するため注意が必要です。

#### ☆どんな症状?

主な症状: 咳 咽頭痛 頭痛 倦怠感 嘔吐 下痢 腹痛

特有の症状: 発熱後、段々と激しい咳が続く。最初は乾いた咳だがその後、気管支に炎症が広がり痰の絡む咳へ変化。風邪だと思い込み、知らない間に治っているなど、自然する場合もある一方で、症状が長引くと長期間咳が出続け、呼吸困難まで症状が悪化すると、入院となるケースもあります。

#### ☆治療方法は?

マイコプラズマ肺炎は、自然治癒しますが、抗生剤を処方されることが多いです。症状が重症化すると、ステロイド点滴を行う場合もあります。食事や水分が十分に取れない、呼吸が苦しいなど症状があれば、入院治療が必要です。

#### ☆対処法・ホームケア

##### まずは症状をよく観察することが大切

咳がひどいことが特徴ですが、その他の全身状態も正確に観察しましょう。熱がある時は、熱の上がり方(急に上がった、夜になると高熱になるなど)にも注意しましょう。普段のお子さんの平熱を把握しておきましょう。

##### 観察のポイント

体温、咳、痰、呼吸、顔色、機嫌、鼻水、頭痛、関節痛、倦怠感、嘔吐、便の状態、おしっこの量・色、食欲など全身状態。

##### 水分補給をこまめに

発熱している時は、汗とし身体から水分が出ていくので、普段よりも脱水症状になりやすいです。脱水症状を防ぐために、こまめに水分補給を行いましょう。飲み物はできるだけ「経口補水液」などを、「常温で」飲ませてあげてください。また水分摂取により喉が潤い、咳の症状を軽くさせることができます。

##### 咳を和らげるための方法

水分補給の他、濡れタオルや加湿器を使用し、部屋の適切な湿度を保ちましょう。また、横になっているときに咳が出て眠れない場合は、クッションや布団などで少し上体を起こしてあげましょう。

##### こんな症状がみられたらすぐに受診を

熱があり、激しい咳が続く場合は、マイコプラズマ肺炎の疑いがあります。日中の診療時間内に小児科を受診しましょう。ただし、呼吸がとても苦しそうなときは、時間帯にかかわらずすぐに受診しましょう。

全身症状が良くなれば、登園・登校は基本的には可能です。手洗い・うがいなど感染予防対策も必要です。

