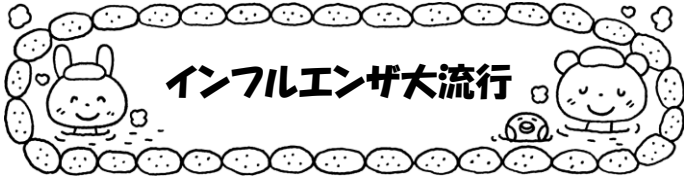


# ダーグ・ヘム

みなみクリニック院内報  
平成30年2月 No. 174



みなみ先生の 知識の扉



## 《嘔吐・下痢に経口補水液を》

最近、インフルエンザとともに、嘔吐・下痢症が増えています。多くは胃腸炎のウイルスが増えて、胃や腸の粘膜がむくみ、吐いたり、下痢を起こしたりします。ご家庭でも簡単にできる対処法は、経口補水液を5分ごとに5-10mlぐらいずつ飲ませることです。嘔吐があっても止まることがしばしばです。

経口補水療法は1970年代、バングラデシュなどでコレラが流行したときに始まりました。人間の腸にはNaブドウ糖共輸送担体(SGLT1)というNaとブドウ糖がくっつく体に取り込む装置があります。これはコレラの毒素でも破壊されません。Naとブドウ糖を1:1のモル比(割合)で含んだ水溶液を与えると腸は吸収することができます。これが経口補水療法の原理です。

そのため、カロリーオフのようなイオンだけ入った飲み物をあげると吐き続けますし、Naが少なくブドウ糖でなく砂糖の多いスポーツ飲料では効果が低いのです。元気な時には甘さが少し控えめで塩辛く感じる経口補水液が、嘔吐や下痢、そしてインフルエンザなどで衰弱しているとき、また、大人の二日酔いのときは、かえって美味しく感じるのです。

もし30-60分経口補水液を飲ませて効果がないときは、重症の疾患が考えられますので、クリニックや病院へ受診しましょう。



クリニックで使用しているような鼻水吸引器が欲しい方は、ご注文ができますのでスタッフまでお問い合わせください。

鼻水吸引器エレノア  
16,800円(税込)  
送料・代引き手数料無料



先月は、年末から増えていたインフルエンザの患者さんが一気に増えました。1月21日までの1週間の全国のインフルエンザ患者数では、統計を取り始めた平成11年以降で最も多く、鹿児島県では全国1位の多さだと報道されました。

1月28日の当番医では、来院された方の約半数はインフルエンザの患者さんでした。インフルエンザA型もB型もはやっていますので、A型にかかって2週間後にB型にかかったという方もいらっしゃいます。1回かかったからと安心しないで手洗い、うがい、マスクなど予防に努めましょう。

### 年長さん、MR第2期接種しましたか？

麻疹風しん(MR)ワクチンの第2期は、就学前の1年間に年長さんが接種するワクチンです。3月31日までは無料で受けられますが、1日でも過ぎると自費となり約1万円かかります。母子手帳をチェックしてみてください。

### 水痘ワクチンは1~2歳で2回。

水痘ワクチンは、1歳になったら接種できます。1回目は1歳になってすぐ接種しますが、2回目を忘れてしまうことがありますので、気をつけてください。2回目は、1回目から半年後に接種してください。最短3か月以上あければできます。3歳を過ぎると有料になりますので、早めにしておいた方が免疫も早くついてお得です。

### B型肝炎ワクチンは1歳までに3回。

B型肝炎ワクチンは、0歳児を対象に定期接種になったので平成28年4月以降に生まれた方から無料で接種できるようになりました。2回目までは、忘れずにしても3回目を忘れてしまうことがありますので、気をつけてください。十分な免疫力をつけるためには3回目の接種が特に大事です。



医療法人たけのこ会 みなみクリニック

鹿児島市鴨池2丁目4-1 院長 南 武嗣

受付TEL 099-254-0043 病児保育室TEL 099-812-6165(2F)

パソコンのHP <http://www.minami-clinic.gr.jp/>

携帯電話のHP <http://www.minami-clinic.gr.jp/i/>





## 2月の診療予定



日	月	火	水	木	金	土
				1 ◎	2 ◎	3 ☆
4	5 ◎	6 ◎	7 ◎ 休診	8 ◎	9 ◎	10 ☆
11 建国記念の日	12 振替休日	13 ◎	14 ◎ 休診	15 ◎	16 ◎	17 ☆
18	19 PM2:00～療育 センター *1	20 ◎	21 ◎ 休診	22 ◎	23 ◎	24 ☆
25	26 ◎	27 ◎	28 ◎ 休診			

◎ 乳児健診・予防接種(予約制)  
\*1 会議のため午後は4:30～5:30

☆ こころの相談外来(予約制) 森藤先生

### 【受付時間のご案内】

	午 前	午 後
月・火・木・金	8:30～11:30(診察) 11:45(火・金のみ予防接種)	14:00～16:00(予防接種・乳児健診) 16:15～17:30(診察)
土	8:00～8:30(予防接種) 8:45～10:30(診察) 11:15～12:00(予防接種・乳児健診)	休 診
水	休 診 9:30～11:30(予防接種・乳児健診)	休 診

0



### ～今月のおすすめ絵本～

『スーホの白い馬』

モンゴル民話  
大塚勇三 再話  
赤羽末吉 画  
福音館書店  
1300 円



モンゴル民話ですが、小学 2 年生の国語の教科書に採用されていることもあり、モンゴルより日本で有名なお話だそうです。ご存知の方も多いと思いますが、モンゴルの楽器「馬頭琴」の由来となった切なく悲しい物語です。

私が小学生の時から現在まで教科書に載っていて、絵本も変わらず売られているのはうれしいことです。最近ではモンゴル出身のお相撲さんも多く、モンゴルの映像をテレビで見る機会も多くなりましたが、小さいころは、この絵を見て広い草原やゲルでの生活などに想像を膨らませ憧れたものです。

教科書の挿絵は、最初は絵本と同じ赤羽末吉さんのもので、上の娘の時もそうだったのですが、下の娘の教科書ではなぜかリー・リーシアンさんの絵に変わっていました。子どもたちはリーさんの絵の方が明るくて好きなのですが、私は赤羽さんの素朴で力強い絵が好きだったので少し残念でした。教科書は何かと制約が多くて、絵も文章も原本のままとはいかないようです。

モンゴルの平原にかかる大きな二重の虹や競馬のシーンをぜひ大判の絵本で味わってください。

