

# はしもと小児科

〒954-0112 見附市上新田町 449-7

TEL 0258-61-2400, 予約専用 61-2401, FAX 61-2402

<http://www.mynet.ne.jp/hasimoto/>

院長 橋本尚士:新潟大学医学博士,日本小児科学会認定小児科専門医,日本アレルギー学会認定アレルギー専門医



## 1歳6カ月健診が終わったら

◆これから2歳までのあいだ,安心できる育児ガイド◆



### <むし歯はかわいそう,防ごう>

1歳6カ月でむし歯のある子どもが7-8%います。前歯のむし歯は2歳までが勝負と言われていて、この間に予防できれば、その後もむし歯になりにくいと言われています。

寝る前に果汁や乳酸飲料などの甘い飲み物を哺乳ビンで与えるとむし歯になりやすいのです。この時期にはコップで飲めるようになるので、哺乳ビンは卒業しましょう。

口の中の清掃はお母さんの役目です。ブラシによる歯みがきはまだできないので、甘い物を飲んだ後、食べた後は、赤ちゃんの歯を濡れたガーゼで拭いてください。食後の口すすぎ、歯と歯の間の汚れを落とすなどして、口の中を清潔に保ちましょう。

むし歯になって治療するときの痛み、通院に要する費用や時間を考えてみましょう。予防がおトクです。歯磨きの習慣を付けるために、赤ちゃん用の「柄付ハブラシもどき」を試してみてください。なんとと言っても、フッ素塗布が効果絶大です。ミラノールという粉末フッ素を購入して水に溶かし、毎晩寝る前に歯ブラシにつけてお子さんの歯を磨いて下さい(歯医者さんに頼めば取り寄せてくれます)。



### <事故防止に最大の関心を>

ひとり歩きをして動き回って、どこにでも行ってしまいます。何にでも興味を持って、手で物をつかんだり、投げたり、口に入れたりします。目が離せない時期です。事故には十分気を付けましょう。



- 乳母車(最多です)・階段(次に多い)・縁側・玄関から転落する。
- タバコの吸い殻(2cm 食べると中毒を起こす)・灰皿にたまったタバコ汁(これが最も危険)・ナフタリン・家族の薬・化粧品・洗剤・灯油などを誤って食べたり、飲み込む。
- つかまって立って、テーブルの上の物をひっくり返したり、熱い湯でやけどをする。
- ストーブ・アイロン・やかんなどに触ってやけどをする。



いったん事故が起これば、治療のために費用や時間を浪費しなければならず、後遺症が残る心配もあります。乳幼児期の家庭内の事故は全て親の責任です。



○マイカーにはチャイルドシートをつけましょう。子供用シートベルトをしていないと、衝突された瞬間にお子さんはフロントガラスを破って道路のむこうに投げ出されてしまいます。さもないと、お子さん自身が凶器になって、お父さん、お母さんの首の骨を折ってしまいます。

○抱きかかえているだけでは、衝突時にお子さんを守ることは絶対に出来ません。





○危険な物は1メートル以上の高いところに置か、引き出しや戸棚にしまいましょう。

○容器には必ず蓋をして、赤ちゃんが勝手に取り出せないようにしましょう。

○たばこや灰皿は子どもの手の届かないところに置きましょう。お子さんが生まれたのを機会に、禁煙しましょう。最低限、家庭内での喫煙はやめましょう。

○のどに詰まりそうな硬貨やボタンなどはきちんとしまっておきましょう。

○階段の上がり口、下り口には柵を設けましょう。

○浴槽から水やお湯を抜きましょう。洗濯のために残り湯をとっておくことは危険です。赤ちゃんは洗面器程度の浅い水でも溺死します。

○やけどの原因の第1位は魔法瓶のお湯です。魔法瓶を使わないのが、お子さんにやけどをさせない最善の方法です。大人の飲む分のお湯はその都度沸かして、残ったお湯は捨ててしまう習慣を家族みんなで行きましょう(ガス代、電気代がもったいないなどといっていると、孫にやけどをさせますヨ!!)(どうしても必要な赤ちゃんのミルク用のお湯は絶対手の届かない所に置きましょう)。夏は冷たい麦茶を魔法瓶に入れておきましょう。



○万が一に備えて、中毒の電話相談の番号(つくば中毒 029-852-9999)を台所の冷蔵庫の扉など見やすいところにはっておきましょう。



<新しい事故のタネ>

●ピーナッツ、ポップコーン、豆、棒状のにんじんやセロリ、レーズン、チューインガムはこの時期には与えないでください!! 気道に詰まって窒息する危険があります。

●とくに豆類はそのままの形では、3歳までは絶対与えないで下さい。間違えて気管支に引っかかると(結構よくあります)大変です。肺炎を繰り返してやっかいなことになります。最終的には気管支鏡で取り出すのですが、ものすごく難しい手技です。取り出せない場合には肺の一部を切り取らなければならないこともあります。

●熱いレンジに子どもを近づけないこと、鍋の柄はレンジの向こう側に置きましょう。食事の支度をしているあいだ、熱い液体は子どもの手の届かないところに置いてやけどを防止しましょう。

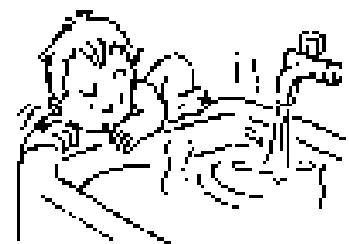
●コンセントにさわって感電しないように注意しましょう。



<事故によるケガも意識すれば防げます>

●道路の近くで遊ぶときは、常に監視が必要です。この年齢の子は危険を理解できません。「ダメ!」と言われても覚えていません。

●浴槽やプールのそばでは、子どもから目を放してはいけません。幼児の死亡事故 No.1 は溺死です。日本ではこどもの溺水の原因の第1位はお風呂です。お子さんの溺水は悲惨です。お子さんが小学校に上がるまでは、決して1人でお風呂にいれないで下さい。



<よい生活習慣にチャレンジ>

無理にはと言いませんが、決まった時刻に就眠させるようにしてください。就眠時には、絵本を読んで聞かせましょう。言語表現を豊かにし、話し言葉への興味が増し、言葉を聞く能力を高めます。寝付きもよくなります。

この時期には、食べ物を全部自分で食べられるようになりますが、好き嫌いが始まったり、少食が起こりやすくなります。食習慣は2-3歳までに確立してしまいます。偏食、野菜ぎらいなどが起こらないように、気を付けましょう。子どもの自我がだんだん強くなるので、無理強いしないことも大切です。怒ったりせずに、辛抱強く、正しい食習慣を付けるようにして下さい。





### <トイレのしつけが始められるかも>

通常は 3 歳の夏におむつがとれるお子さんが多いようです。子どもによっては、1歳半から2歳にかけて「おまる」に座ることができるようになります。

昼寝のときにおねしょをしない、食事のあとでりきんだりする、おむつが濡れるとお母さんにシーシーと知らせる、などがみられるようになれば「子ども用おまる」を用意したり、おとなの便座に足台を使ったり、おむつをやめてトレーニングパンツにかえることができます。

「いい子だね」とほめることが効果的です。



### <予防接種は済んでいますか？>

予防接種法により、麻疹風疹・3種混合(または2種混合)・日本脳炎ワクチンおよびBCGは個別接種をすることになっています。麻疹風疹ワクチンは1歳、3種混合(または2種混合)ワクチンは生後3カ月、日本脳炎ワクチンは3歳、BCGは生後3カ月になったら早めに接種を受けましょう。

3種混合ワクチン1期1, 2, 3回目、BCGの接種は既に終了していますね？ポリオワクチン1, 2回目の接種は済みましたか？未接種のものがある場合には早めに接種を済ませましょう。

健康上等の理由により生後3カ月以上6カ月未満の間に接種を受けられなかった場合には、生後6カ月以上1歳未満で接種を受けることができます。公費負担の対象になるかどうかは市町村により異なります。1歳を過ぎた場合には任意接種扱いになり、BCG接種前のツベルクリン反応が必要になります。

ポリオワクチンは集団接種です。ポリオワクチンは生後3カ月になれば接種を受けられます。1回目は早めに受けた方がよいですが、2回目は多少遅くてもかまいません。他のワクチン接種とぶつかる場合には、2回目のポリオワクチンは後回しにして差し支えありません。



### <1歳からの予防接種>

1歳になったら直ぐに麻疹風疹ワクチンの接種を受けましょう。既に接種は済んでいますよね？

以下のワクチンは任意接種ですが、是非受けてください。

(1)水痘ワクチン:1歳を過ぎれば接種を受けられます。1歳になったら直ぐに麻疹風疹ワクチンを受け、その4週間後に水痘ワクチンの接種を受けましょう。水痘ワクチンの抗体獲得率は70-80%程度ですが、接種を受けていればたとえ発症しても数個の水疱の出現のみで治癒します。また、ワクチン接種をした場合には、自然感染に比べて、成人期以後の帯状疱疹の発症率が低減します。

(2)おたふくかぜワクチン:1歳を過ぎれば接種を受けられます。通常は水痘ワクチンの4週間後に接種を受けます。おたふくかぜは無菌性髄膜炎や難聴など合併症の多い病気です。

(3)インフルエンザワクチン:毎年10-11月に2回接種を受けましょう。インフルエンザは脳炎、肺炎、熱性けいれんなど合併症が多い病気です。インフルエンザワクチンの接種年齢には下限はありません。インフルエンザ流行期の1-2月に生後6-7カ月を過ぎるお子さんは接種を受けた方がいいでしょう。