

こんなとき
どうしたらいい？

家でのケアは
どうするべき？

小児病棟・小児外来監修

こどもの病気

救急車を呼ぶ？
診療所にいく？



ホームケア リーフレット

はつねつ
発熱

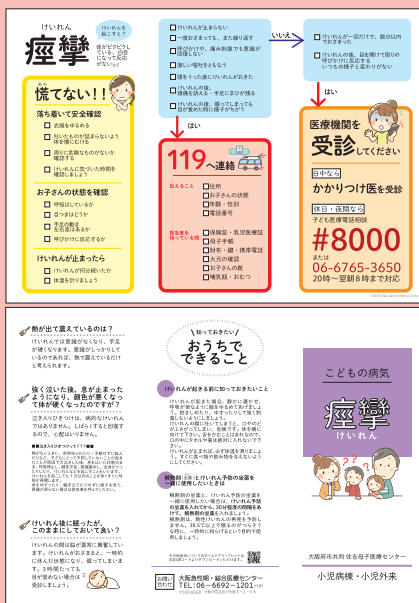
げり
下痢

おうと
嘔吐

せき

けいれん
痙攣

発疹
ほっしん・しっしん
湿疹



6つの 症状別チャート

それぞれ症状が出た場合、
どう対応すればいいかのフ
ローチャートや、症状に合
わせた対処法、相談先や連
絡先などが一目でわかる！

ホームケアの ポイント

おうちでのケアのポイ
ントや、保護者の方か
らよくいただく質問な
どをまとめました。

リーフレットは受付にて配布しています。
電子版は大阪急性期・総合医療センター
ホームページ内にてダウンロード頂けま
す。右記のQRコードより、ダウンロード
画面に直接アクセスいただけます。



住吉母子医療センター情報誌

きらり

vol.
8
2020.08



Topics

産科の
医師に
聞く！

妊娠と新型
コロナウイルス

母乳育児の神秘

シリーズ⑦
母乳分泌の神秘

ぜひ①～⑥もあわせてお読みください

小児科
の
知識

背の悩み？

～低身長と高身長～

こんなとき
どうしたらいい？

小児病棟・
小児外来監修
こどもの病気
ホームケア
リーフレット

医療機関の皆様へ

設置ご協力をお願い

住吉母子医療センター情報誌「きらり」の設置にご
協力頂ける医療機関様を募集しております。

貴院への設置にご協力いただける
場合、または送付希望部数を変更
される場合は、右記QRコードよ
りメールをご送信いただきますよ
うお願い申し上げます。



✉ Kyuseisogo@opho.jp

医療機関専用

当センターホームページにて、 バックナンバーがご覧いただけます♪

当センターホームページトップページの下部にあります
「大阪府市共同 住吉母子医療センターについて」のバナー
より、ページ下部にあります「広報誌」より PDF データ
ご覧いただけます。是非ご利用ください。

●次号は、2020 年 12 月発行を予定しています●

お問い合わせ

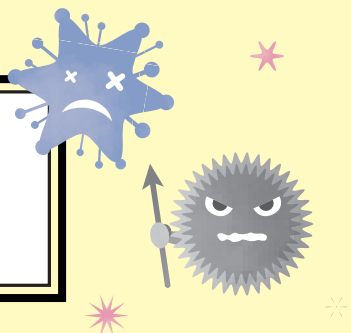
地方独立行政法人 大阪府立病院機構

大阪急性期・総合医療センター
大阪府市共同 住吉母子医療センター
06-6692-1201 (代表) 平日 9:00 ~ 16:30



産科の医師に聞く！

妊娠と 新型コロナウイルス感染症



新型コロナウイルス感染症流行中に妊娠、出産をされた方々はずいぶんと心配をされたことと思います。出産にあたっては、立ち合い分娩やご家族との面会ができず、大変残念な思いをさせていただきました。

新型コロナウイルス感染症については、まだまだわからないことが多く、厄介なのは症状が現れる2日くらい前から人にうつしてしまう可能性があることです。症状が現れないままに治る人も多くいるようですが、どれくらい人にうつす可能性があるのかはまだよくわかっていません。自分では調子が悪いと思っていない状態でもうつしてしまう可能性があるのも、病院のなかで感染が広がらないように面会制限をさせていただきました。

妊娠中だからと言って、新型コロナウイルス感染症が重症化しやすいということはないというデータがたくさん集まってきています。また、子宮の中で赤ちゃんにうつることもなさそうです。とはいえ、重症化する患者さんは一定の割合で発生しますし、そうなればお母さんと一緒に子宮の中の赤ちゃんもしんどくなってしま

可能性も高くなります。ですから、妊娠中の方は、人ごみにでかけたり、感染の機会をふやすような行動は、ぜひ避けてください。

また、家族の方もウイルスを家に持ち込まないよう十分な手洗いなどで予防していただくことが大切です。

非常事態宣言や皆さんの自粛の頑張りによって、感染者は減少しており、病棟での制限についても少しずつ緩めていくことができると考えています。

また、分娩前に感染していないことを確認するために、希望者にはPCR検査が無償で受けられる方針を政府が決定しました。

このまま新規感染者が減少した状態が続いてくれることを祈りますが、第二波といわれる感染者増加の波がふたたびやってくる可能性が高いと考えて、今はそれにそなえることが必要です。

困難な時期ではありますが、私たちは最大限の安全を確保しながら、かつ皆さんに満足していただける出産を手助けできるよう最善を尽くしてまいります。

(※この原稿は非常事態宣言が解除された直後に書いたものです。)



子育ての中で、「背が低くてなかなか伸びない」と感じている親は少なくないかもしれません。「背は低くても元気だし」「そのうちに大きくなるだろう」と、忙しい日々の中で、つつい心配を後回しにして時間が過ぎてしまっていることもあるでしょう。

子ども自身は、幼少期には気に留めることが少なくても、小学校や中学校に入ると、集団の中でコンプレックスを感じたり、自信をなくしたりと、悩んでしまっていることが多いようです。

わたしたち人間は、生まれてから一定のスピードで身長が伸びるわけではありません。また、身長の伸びにも個性があり、ゆっくり伸びる子どもがいる一方、早くに伸びたけれどその後に伸びずにいる子どももいます。

さて、生まれたばかり（ほぼ予定日どおり）の赤ちゃんの身長が何 cm かご存じですか？そして生まれた時の約2倍になるのは何歳ごろでしょう？生まれたばかりが約50 cm、そして4歳ごろに約100 cmになります。この時期には、栄養バランスのとれた食事が重要な働きをしていると言われています。4歳～10歳ごろは、1年間で約6 cm ずつ身長は伸び、「成長ホルモン」が大切な働きをしています。10歳以降は、先に女の子が急に伸び（11歳頃）、少し遅れて男の子が急に伸びます（13歳頃）。ただし、この身長の伸びのスピードには個人差があることも知られています。

背の伸びには、栄養（食事）や成長ホルモンが重要ですが、同時に「睡眠」や「運動」も大切です。睡眠中に、脳の真ん中あたりにある下垂体（かすいたい）から成長ホルモンが多く分泌され、骨の伸びを促します。夜に質のよい睡眠を十分とることは子どもの成長には不可欠です。また屋外での（日光を



浴びる）遊びや運動も身体発育には欠かせません。適度な日光を浴びることで、皮膚でビタミンDが作られ、骨の形成を助けてくれます。

では、どこからが低身長でどこからが高身長でしょうか。ここで役に立つのが「成長曲線」です。（母子手帳やネット検索でご覧いただけます。）成長曲線の上に、子どもさんの成長の記録を書いてみて下さい。身長が標準的な範囲（-2.0SD から +2.0SD の線の間）から大きく外れていなければ問題ありません。身長が -2.0SD の線より低ければ「低身長」、+2.0SD より高ければ「高身長」を考えることになります。必ずしも病気でないこともありますが、低身長や高身長であれば、小児科医に相談されることをお勧めします。

今回は「低身長の病気と治療」のお話をします。

小児科まめ知識



母乳育児の神秘

⑦ 母乳分泌の神秘

今回は、母乳分泌についてのお話しです。

基本的に、お母さんのからだは母乳育児のどの段階においても、あかちゃんのニーズに応じた内容や量の母乳を分泌することができます。母乳で育てる動物としてのからだの仕組みです。

あかちゃんは生まれてすぐに本能でおっぱいを吸うことができます。あかちゃんがおっぱいに吸いつくこととリズムカルに吸てつすることで、お母さんの母乳分泌にスイッチが入り始めます。そして、あかちゃんがじわじわと分泌量が増えてくるおっぱいを吸い続けることで、72時間前後に「乳汁来潮」が起こり、お母さんの乳房は顕著に張ってきます。

一見、簡単なことのように思えるかも知れませんが、この3日間はとくにお母さんにとってたいへんな大仕事なのです。お母さんをはじめ多くの方が、吸わせ始めて間もなく母乳分泌のスイッチが入り母乳はどんどん出てくると思っていらっしゃると思います。しかし、実際は2～3日かけて徐々に分泌が増えるのです。

あかちゃんは最初分泌の少ない乳首を必死に吸います。「母乳ってすぐに出ないんだ!」「こんなに乳首が痛いとは!？」って驚かれるでしょう。

痛いからといって浅吸いになるとかえって乳頭を痛めてしまいます。しっかりと深く咥えさせ、向きを変えるなどしながら、来潮を待ちましょう。一時的に乳頭・乳首を休ませるのもいいでしょう。一方、刺激は続けたいので搾乳し、搾母乳を補足するといいかも知れません。

人工乳を補足する場合、とくに気をつけたいのは、結果的におっぱいへの刺激が減らないようにすることです。授乳回数が減ってしまわないように補足量は加減したいのです。人工乳の補足は待てるだけ待とうとする理由です。

今回は「母乳の分泌維持について」のお話をします。



産科・小児科の先生に聞いてみたいアレコレを募集中!!

きりりでは、診察中には聞きにくい素朴なギモンや、子育てに関するウワサの真相など、産科・小児科の先生に聞いてみたい小さなギモンを大募集しています!!下記のQRコードよりメールにて、みなさんの質問をお待ちしております♪

▼応募方法▼

QRコードを読み取り、「メール作成画面はこちら」をクリックしていただくとメールフォームが開きます。件名は変更せず、そのまま送信をお願いします。個人情報の入力はありません。

