特集

# LEBEN版 “小児科講演”

**昨年からの新型コロナウイルス感染症のため、スポーツやイベントなどさまざまな行事が中止、縮小されています。当院の小児科でも年に３回「小児科講演」を行っていましたが、昨年より中止しています。この講演は、当院で誕生された赤ちゃんのご家族を対象に行っています。この時期の赤ちゃんのご家族からよく質問される内容やどんな病気にかかることがあるのか、風邪を引いたときの対処のしかた、どういうときに病院を受診した方がいいかなど、子育てに役立つと思われることをピックアップしてお話していました。**
**まだ「小児科講演」を開くことができないため、その講演でお話ししている内容をＱ＆Ａスタイルで皆さんにお伝えいたします。子育てにお役立ていただけたら幸いです。**

小児科　医師　小池美緒

## 赤ちゃんも病気にかかるのでしょうか？

赤ちゃんは風邪をひかないと思われている方も多いと思いますが、赤ちゃんも風邪をひきます。病原菌に対してはむしろ弱いです。
お母さんがかからない病気、例えばすでに罹患した水痘（みずぼうそう）、おたふく風邪、ワクチンを接種しているもの（はしかや風疹など）には生後５～６ヵ月くらいまではかかりにくいといわれています。これはお母さんが持っている免疫（抗体）が赤ちゃんに移行しているからです。ただしこの抗体は徐々に減っていき５～６ヵ月くらいにはなくなってしまいます。
お母さんがかかる病気、インフルエンザ、RSウイルス、夏風邪（ヘルパンギーナや手足口病）、アデノウイルスなどには赤ちゃんもかかります。兄弟がいる場合は特に風邪をもらいやすいです。

## 熱が出たときはどうしたらいいでしょうか？

まずは平熱を知っておくことが大切です。毎日測る必要はありませんが、朝、昼、晩の大体の体温は把握しておきましょう。赤ちゃんの平熱は 37℃前後が多いです。
赤ちゃんは体温調節が得意ではないので、気温や室温によって熱がこもることがあります。部屋が暑すぎないか、衣類を着せすぎていないかなどをチェックしてもう一度測り直してみましょう。熱が出ていても母乳やミルクが飲めていて機嫌がよければあわてなくてもいいですが、活気がない、ぐったりしている、母乳やミルクの飲みが悪い時には早めに病院を受診しましょう。熱の原因は風邪をひいていることが多いですが、風邪以外にもいろいろな病気にかかっていることがあります。赤ちゃんは咳や鼻水などの症状を出しにくいので、熱が続く場合は病院を受診しましょう。
ここで熱が出たときに起こることがある「熱性けいれん」についてお話しします。

**〈熱性けいれん〉**

熱性けいれんとは高熱のときに起こすけいれんで、生後6ヵ月から５～６歳までに見られることが多く、10人に１人は起こる良性けいれんです。多くは2～3分、ほとんどは５分以内に自然に治まります。からだを突っ張って手足をガクガクさせ、顔色が悪くなり（チアノーゼ）、声かけに反応はなく、目が合わずどこかをじっと見ている（眼球偏位）といったことがみられます。子どもが熱性けいれんを起こしたら焦ってしまうと思いますが、熱性けいれんを起こした場合に大切なのは落ち着いて対応し、しっかりと観察をすることです。

**対処法と観察点**

ベッドや床などに寝かせてあげましょう。座った状態だと倒れてケガをすることがあります。けいれん中に嘔吐することがありますが、吐物を吸い込むと窒息してしまうことがあるため、からだを横向きにさせてください。昔の人は「けいれんをしたら割り箸を噛ませるといい」と言いましたが、これは根拠がないのでしないでください。
どのようなけいれんかを観察することがとても重要です。けいれんが何分続くかをみるために時間を見てください。どんなけいれんか、左右対称であるかどうかを確認してください。少し余裕があればけいれんしている様子を録画してもいいと思います。５分以内に治まったら、あわてず車で移動し病院を受診させましょう。初めてのけいれんのときは、必ず病院を受診しましょう。10分以上続くけいれんの場合は病院での処置が必要な可能性が高いので、７～８分経過してもけいれんが持続している場合は救急車を呼んでください。５分以内で治まったけいれんでも24時間以内に２回目を起こした場合は、病院を受診しましょう。

## 鼻水を出しているときの対処は？

赤ちゃんは鼻呼吸をしています。生後1～2ヵ月頃に鼻がつまっていると受診される人が少なくありません。鼻水は出ていないのに赤ちゃんの鼻がブホブホ鳴っていることがありませんか？この多くは風邪による鼻づまりではありません。赤ちゃんの鼻の通り道は狭くてやわらかいので鼻で息を吸うときブホブホいいやすいのです。特に授乳中や寝入りばなに音がすることが多いと思います。それ以外の時に音がしないのであれば心配しなくても大丈夫です。
鼻水が多くて鼻がつまっていると息をしにくくなるので、飲みが悪くなったり、寝づらくなったりすることがあります。寝る前や授乳の前に鼻吸いをしてあげたり、授乳の途中で乳や哺乳びんを離して息継ぎをさせたりしながら授乳をしてもいいと思います。それでも飲みが悪い時は病院を受診しましょう。

## 咳が多いときはどうしたらいいでしょうか？

咳はのどに入った病原菌を外に出そうとする防御反応なので咳をして痰を出しやすくしてあげることが大切です。加湿をしっかりかけて水分を多く取らせ、痰が出やすくなるようにしてあげましょう。赤ちゃんが咳き込んで嘔吐することはよくあります。これは仕方がないことなので、母乳やミルクが飲めていたら様子を見てください。咳が多くて息継ぎがしにくく、飲みが悪くなっている時や咳がひどくて眠れない時は早めに受診をしましょう。

## 呼吸困難ってどんな状態ですか？

呼吸困難とは息がしづらい状態のことです。呼吸をする時にゼーゼー、ヒューヒュー聞こえたりします。胸の上のところ（胸骨の上のところ）や肋骨の間が呼吸のたびにへこんだりする呼吸の時はかなりしんどい状態です。また呼吸は普段は意識せずしていることですが、呼吸困難の時は頑張って呼吸を

しないと十分な酸素を取り込めなくなるため、一生懸命に呼吸運動をしなくてはなりません。常に一生懸命に呼吸運動をしていることで赤ちゃんは体力を使い、しんどくて哺乳することができなくなったりします。このような状態の時は要注意なので早めに病院を受診しましょう。

## 予防接種の受け方はどうすればいいのでしょうか？

予防接種は積極的に受けましょう。副反応の恐れが全くないわけではありませんが、予防接種の副反応よりも実際に病気にかかってしまう方がもっと危険です。同時接種（同じ日に2つ以上の複数のワクチンを接種すること）をすることが一般的です。同時接種をすることで副反応が強く出る、悪化するということはありません。また個別で接種するとスケジュールがずれていくので同時接種がいいと思います。

ワクチンは生後２ヵ月から接種できます。生後２ヵ月で受けられる定期予防接種にはヒブワクチン、肺炎球菌ワクチン、B 型肝炎ワクチンに加えて去年からロタウイルスワクチンも定期予防接種になりました。ロタウイルスに感染すると胃腸炎（下痢、嘔吐）を起こし、初感染時に重症化（重度の脱水、脳炎など）することが多いといわれています。ロタウイルスワクチンは重症化の予防を目的としたワクチンです。

2～３年前に日本で麻疹が発症し、ニュースになったことがあります。

福山でも ２年前に麻疹が発症した例がありました。国内で麻疹が確認されると全国ニュースになるほど重大なことです。それは麻疹がとても怖い病気だからです。どうして麻疹がそんなに怖いのでしょうか。そもそも麻疹ってどんな病気かご存じですか？

**〈麻疹〉**

麻疹は空気感染で感染力はとても強くインフルエンザの 10 倍といわれています。インフルエンザは１人の感染者から２～３人に伝搬するといわれますが、麻疹の場合は 10 ～ 20 人以上です。そして感染したらワクチンを接種していなければほぼ発症します。潜伏期間は 10 ～12 日間で次のような経過をたどります。

カタル期：38 ～39℃の発熱が２～４日間ほど続き、咳や咳払い、くしゃみ、鼻水、充血、眼脂などの症状が現れます。

発疹期：いったん熱は下がりますが半日ほどで再び 39℃前後の高熱になり発疹が出現し、２日ほどで全身に広がっていきます。

回復期：合併症がなければ１週間ほど熱が続いて解熱、発疹が退色し回復します。

麻疹には治療薬はなく、症状に応じた対症療法になります。麻疹にはさまざまな合併症がみられ、感染者の30%に合併症が起きます。合併症には肺炎、中耳炎、脳炎、クループ症候群、心筋炎などがあり、合併症の約半数が肺炎です。肺炎や脳炎は重症化すると死亡することがあり、麻疹の二大死因といわれ注意が必要です。脳炎は 1000 人に１人の確率で発症し、そのうちの 25～ 30% に重い後遺症が残り、15%は死亡するといわれています。麻疹には他にも重篤な合併症があります。亜急性硬化性全脳炎といい、麻疹にかかった後、５～10 数年後に発症する脳炎です。麻疹にかかった人の数万人に１人、１歳未満で麻疹にかかると 8000 人に１人発症するといわれ、学童期に発症することが多く全体の80%を占めます。発症するまでの数年間は何事もなかったように普通通りの生活を送ることができますが、あるとき、今までできていたことができなくなるという症状で気がつかれることが多いようです。例えば、学校の成績が悪くなる、もの忘れが目立つ、記憶力が悪くなる、字が下手になる、性格が変わってくるという、軽度の知的障害から始まり、歩行がふらつく、知能低下が進行する、運動が思うようにできなくなる、さらに進行すると歩行不能、寝たきりになり自分で食事を摂ることもできなくなります。徐々に自立した生活が送れなくなり、最終的には自分で全く動くことができず、意識もなくなってしまいます。残念ながら治療法が確立していませんので、治癒することは難しく数年の経過で死に至る予後不良の病気です。

とても怖い病気だと思いませんか。

世界的に見て麻疹ワクチンが普及している国は麻疹の発症が少ないため、この病気はほとんど見られなくなっています。ワクチン接種率の低い国では麻疹が流行するためこの病気が発症しています。この病気の発症予防に大切なことは麻疹にかからないこと、すなわち麻疹ワクチンを接種することが最も重要だといえます。

麻疹だけでなく予防接種が普及したことで赤ちゃんの将来、命が守られています。ヒブワクチンや肺炎球菌ワクチンの普及により細菌性髄膜炎の発症が減っています。意味のないワクチンはありません。赤ちゃんの将来を、命を守るため積極的にワクチンを接種しましょう。

## 乳児健診は受けた方がよいのでしょうか？

健診は必ず受けるようにしましょう。健診はただ単に身長や体重が大きくなっているかを計測しているだけではありません。４ヵ月で首が座ったり、６ヵ月で寝返りをしたり、９ヵ月でお座りやハイハイができたり、１歳で立てるかなど、その子の発達の程度に遅れがないかどうかを見守っていくためにとても大切です。育児中には受診するほどではないけどちょっと気になるな、ということはたくさんあると思います。そんなちょっと気になることを聞けるいい機会だと思います。心配なことがあったら遠慮なく聞いてくださいね。

## ベッドやソファからの転落

寝返りをしない赤ちゃんは動かないからベッドやソファから落ちないと思っていませんか?それは大きな間違いです。確かに赤ちゃんは寝返りなどの大きな動きはしませんが、手足をばたつかせたり、からだを伸ばしたりします。その動きで少しずつ位置がずれていって、ソファやベッドから転落します。椅子やソファに座らせていて少し目を離した隙に前のめりになって転落することもあります。

寝返りをしないから大丈夫、ということは決してありません。寝返りしない赤ちゃんでも目を離すときは必ずベッドに柵をする、柵のないところには寝かせない、椅子に座らせるときはベルトをするなどしましょう。

万が一転落した場合、すぐに泣いたかどうか、嘔吐がないか、出血しているような外傷がないかを確認しましょう。意識がない場合（呼びかけに反応がない）、嘔吐を繰り返す、けいれんを起こす場合は緊急性が高いため脳外科を受診しましょう。

## 最後に…

「小児科講演」ではこれ以外のお話もしています。この講演を聞いていたので、子どもが熱性けいれんを起こしたときに落ち着いて対応できましたといってくださった方もおられます。

講演の最後に質問コーナーもあり、どんな小さなことでも、講演の内容と関係ないことでも、全ての質問にお答えしています。他の人の悩みや質問を聞くことで自分だけではないんだと安心することもあります。皆さんの育児に役立てればいいなという思いで講演を行っています。また新型コロナウイルス感染症が落ち着いたら講演を再開し、皆さんが安心して育児ができるようにサポートできたらいいなと思います。

育児で何か不安なこと、気になることがあったら遠慮なく聞いてくださいね。

# ハイ！私がお答えします

## I ANSWER THEME

あなたは日常の診療を通して、疑問を持ちながら何気なくやり過ごしていることや訊きそびれていることはありませんか？このコーナーでは、患者さまをはじめそのご家族の、診療におけるさまざまな質問や相談に、当院の適任スタッフがお答えするコーナーです。

### Question

**つわりがひどくて歯磨きができません。アドバイスがあれば聞かせてください。**

妊娠初期のつわりの時期は無理をせず、口の中の清潔を保つことを考えていきましょう。歯磨きの回数が減ったり、歯磨きにかける時間が短くなったりすると、虫歯や歯周病になる確率は高くなっていきますが、妊婦さんの場合、体調や精神状態が変化しやすいので、できる範囲のところまで磨いてみてください。歯ブラシが口の中に入ると吐き気がする場合は、小さめの歯ブラシにかえてみるとよいです。ミント味など、爽快感が強かったり泡立ちがよいハミガキは嘔吐反射を引き起こす原因になるので、ハミガキをつけず水磨きをしたり、ハミガキをジェルにかえてみることをおすすめします。洗口剤も手軽に使用できてよいです。歯ブラシを入れることさえ難しい場合は、食後に水を飲んだり、口をゆすいだりすることで対処していきましょう。

### Question

**妊婦は歯科健診に行くべきですか？**

是非この機会に歯科を受診してみてください。来院された妊婦さんの口の中をチェックさせていただくと、虫歯が予想以上にあることが多いです。妊娠中は特に口の中の環境が悪化しやすくなるので、出産までに自身の口の状態を把握しておくことが重要です。

妊婦さんの口の中が悪化しやすい理由としては…

- ホルモンバランスの変化で唾液の分泌量に変動が起こり、口の中がネバネバになることで細菌が活動しやすくなる。
- つわりにより奥歯の歯磨きが難しくなることで磨き残しが多くなる。
- 少しずつ何度も食事をしたり、食事の内容に偏りが出たりすることで、口の中が長期間酸性の状態になり、虫歯ができやすくなる。
- 女性ホルモン増加の影響で通常よりも歯茎の炎症が起こりやすく、妊娠性の歯周炎を引き起こしてしまう。

といったことが挙げられます。

また、重症な歯周病を持つ妊婦さんは、歯周病菌の影響で早産や低体重児出産のリスクが高まるので、口の中を清潔に保ち、歯周病を予防することが大切です。

当院での妊婦歯科健診の大まかな流れは、まず口の中を見て虫歯がどこの部位に何本あるのか、歯石は付いていないか、歯茎の状態はどうかをチェックさせていただきます。その後、現在の口の中の状況をお伝えし、妊娠中のケア等についてお話をさせていただいています。

重症な虫歯を放置しておくと、出産間際に痛く辛い思いをすることもありますので、行動しやすい安定期に歯科へ行くことをおすすめします。

### Question

**何歳から歯科でフッ素を塗ることができますか？**

生後約6ヵ月頃の歯が生え始めた時からフッ素を塗布することができます。普段使用するハミガキにもフッ素入りのものはありますが、歯科で使用するフッ素は濃度が高いので、より高いフッ素の定着が期待できます。お家で使用するハミガキのフッ素濃度は子ども用で500～950ppm（ppm：フッ素濃度の値）に対し、歯科で塗布するフッ素は9,000ppmです。フッ素は虫歯予防効果があるので、お家や歯科での定期的な塗布をおすすめします。

フッ素にはメリットがたくさんありますが、たくさん使用すればよいという訳ではありません。過剰摂取（極端な例ではチューブを丸ごと飲んだり）した場合、悪心嘔吐が発現する場合があるので、お家でフッ素入りハミガキを使用する際は、適正量を守りましょう。

**[使用量]**＊チューブから出した時の量

- 生後6ヵ月頃（歯が生え始めた時）～2歳：子どもの切った爪程度
- 3～5歳：5mm以下
- 6～14歳：1cm程度
- 15歳以上：2cm程度

### Question

**子どもの歯が生えてきたのですが歯磨きを嫌がります。対策方法はありませんか？**

いきなり子ども用の歯ブラシを使い、頑張って口を開けさせてはいませんか?赤ちゃんの口の中は敏感なので、段階を踏んで口を触られることに慣れさせていきましょう。まだ前歯が数本しか生えていない場合は、歯ブラシでの清掃は1日1回で良く、ガーゼや綿棒で拭う程度でも構いません。大人が自身の歯を磨く場合は、歯周病対策として歯と歯茎の際に汚れが残らないように磨くことが大切ですが、赤ちゃんは、口の中に歯周病菌はまだ住み着いておらず、歯茎に歯ブラシの毛先が当たると不快感で嫌がることがあります。歯ブラシの毛先を歯茎に当てないよう、歯の表面を優しく撫でて磨いてあげるとよいです。そしてお家の方が歯を磨いている場面を見せ、磨くことの大切さや習慣を身につけさせていきましょう。自分で磨きたい意識が出てきた時には、好きな色やキャラクターの歯ブラシを一緒に選んであげるのもよいと思います。ハミガキもさまざまな味があるので、お子さんの好きなものを選ばせ、歯磨きすることに楽しさや興味を持たせてあげましょう。また、小学校に入ったら仕上げ磨きを卒業しているという声も聞きますが、まだ一人で口の中の隅々まで磨ききることは難しく、お家の方の仕上げ磨きが大切になります。できれば小学校に通う間は仕上げ磨きをしてあげてほしいのですが、学年が上がると段々と難しくなっていくと思いますので、小さい頃から歯磨きの大切さを教え、歯科での定期的なクリーニングを受けるといった流れを作ってあげてください。

産まれたばかりの赤ちゃんの口の中には虫歯菌や歯周病菌はいません。早い段階から細菌量を少なくしておくことが、年齢を重ねた時の歯を失うリスクを防ぐことに繋がっていきます。

**私がお答えしました**

歯科衛生士　藤井美帆

診療科から　小児科　小児科直通 TEL 084-932-3512

医師　小池美緒
日本小児科学会専門医

# 産婦人科＋小児科のメリット

小池病院がこの場所に新築移転し、小児クリニックが病院の小児科として新たにスタートして１年が経ちました。産婦人科と小児科が病院内に併設されたことで、患者さんや赤ちゃんにとって多くのメリットがあったのではと思っています。

赤ちゃんがお腹の中にいるときは、定期的に妊婦健診を受けられると思います。この経過中に例えば赤ちゃんの成長が小さめだったり、胎児エコーなどで気になる所見があったりした場合には、事前に産婦人科医から新生児科医に連絡が入り、出産時、出産後の対応について話し合いを行い、連携を取りながら出産に臨みます。必要に応じて新生児科医が分娩に立ち会うこともありますし、出産時に緊急な対応が必要な場合にも新生児科医が対応しています。

生まれた赤ちゃんは生まれた翌日（日齢１）に新生児科医が診察を行います。全身状態をチェックした上で問題なければ母児同室になります。産科入院中の赤ちゃんに気になることがあった場合には新生児科医が診察し対応しています。日齢３～４の赤ちゃんには新生児科医・小児科医が退院前の診察を行い、入院中の経過や退院後について、心配なことや質問などを聞いて話をしています。

退院して1週間後くらいに「生後2週間健診」を行っています。お母さんの診察だけでなく、赤ちゃんの体重は増えているか、母乳やミルクの飲みはどうか、育児でわからないこと、心配なことなどの育児相談もしています。助産師が話を聞いて対応することが多いですが、このとき乳児湿疹やおむつかぶれ、便が出にくい、おへそがグチュグチュしているなどの気になる症状があった場合は、必要に応じて小児科を受診していただき、新生児科医・小児科医が診察し対応しています。

赤ちゃんの「１ヵ月健診」も小児科の外来で、新生児科医・小児科医が行っています。このときに赤ちゃんの生まれたときから入院中の経過、２週間健診での体重増加、哺乳状態、育児相談の内容などの一人ひとりの多くの情報がすべて把握できるので、経過がよくわかりとてもスムーズにお母さんにお話をすることができます。

この頃になると乳児湿疹やちょっと気になるなということが増えてきますので、その後も引き続き赤ちゃんの経過を見ながら、予防接種にも対応することができます。

このように当院では、出産前から産婦人科医と新生児科医が連携し、外来でも必要に応じて新生児科医・小児科医がすぐに対応ができる体制が整っています。お母さんには、安心して出産、そして子育てをしていただけるのではないかと思います。

私たちは常々赤ちゃんが健やかに成長し、ご家族の皆さんが安心して子育てができるようサポートできればと心がけております。何かおわかりにならないことがあれば、遠慮なくおたずねくださいね。

診療科から　歯科　歯科直通 TEL 084-983-0418

医師　小池秀行
日本補綴歯科学会専門医　歯学博士

※歯が欠けたり失われたりした場合に、かぶせ物、差し歯、ブリッジ、入れ歯（義歯）、インプラントなどの人工物で補い、機能・審美を回復することを専門とした、学会で認められた歯科医師です。

# 虫歯菌の感染!?
## ー 虫歯になりやすい子ども ー

ご存じでしょうか？生まれたばかりの赤ちゃんの口の中には、まだ虫歯菌は存在していません。その後、**家族間、基本的には母子を中心としたルートで虫歯菌はお子さんに感染**していきます。

感染源は、**母親からの感染が約75%、父親からが約15%**、祖母や保育園の保母さんからが約10%と報告されています。生活を共にする周囲の大人の口からスプーンなどの食器を介しても感染しますが、直接舌で食器を触らなくてもフーフーするだけでも飛沫感染を起こしたりしますので、食器を分けても感染を防ぐことはできないでしょう。ですから、**食器を分けるよりも、周囲の大人の口の中をキレイにしておくことの方が効果的**です。

乳歯は6ヵ月くらいから生え始め、3歳前後に生え揃います。そのうち１歳半頃～ ２歳半頃（19ヵ月～ 31ヵ月）は特に注意が必要とされる時期であり、一番感染しやすいのと同時に、この時期より後に感染時期を遅らせることができれば、大人になっても虫歯になりにくいと言われています。これは口の中の細菌たちが安定した後は、簡単にそのバランスは崩れにくいといったことがあり、虫歯菌の主役であるミュータンスレンサ球菌というものは、後から入り込んできても定着しにくいと考えられているからです。そのため１歳半頃～ ２歳半頃（19ヵ月～ 31ヵ月）の口の中の細菌のバランスが作られていく時期に、悪玉菌であるミュータンスレンサ球菌が含まれないようにしていければ、お子さんの口の中（歯）にとって有利な状況になるわけです。母親からの感染が一番確率の高いことを前述しましたが、実際に乳幼児の口の中の細菌を調べてみると、そのほとんどが母親のものとDNAが一致しています。したがって母親が虫歯を治療して口の中をキレイにしておくことは、お子さんの将来にとっても大事なことであり、**妊婦歯科健診を受け、妊娠中の安定期に治療を行っておくことはその手助けともなる**わけです。

簡単に歯の生え始めからこの時期における歯のお手入れについても触れておきます。

〈生後６～７ヵ月頃〉
初めての乳歯、下の前歯が生えてきます。
まずは磨くことよりも口の中を覗き込まれること、触られることに慣れさせていきましょう。

〈生後８～９ヵ月頃〉
上の前歯が生えてきます。授乳や哺乳瓶の吸い口が上の前歯にあたるので「仕上げ磨き」を行っていかないと虫歯になりやすいので注意しましょう。ストッパー付きで喉の奥に入らない歯ブラシなどで清掃器具に慣れさせ始めるといいでしょう。

イラスト：歯科素材 .COM より

〈1歳6ヵ月頃〉
乳歯で初めての奥歯が生えてきます。やわらかいものであれば大人と同じものが食べられます。お手入れでは、まず、お子さん自身に歯磨きをしてもらいます。このとき歯ブラシで喉を突いたりしないように、しっかり見守っていてください。仕上げ磨きは毎食後頑張りましょう。毎食後できていない場合、就寝時の仕上げ磨きを特にしっかりとやりましょう。

〈2歳頃〉
一番奥に最後の乳歯が生えはじめます。大人とほぼ同じ食事ができるようになります。お子さんが反発する時期に突入するので、仕上げ磨きが難しくなる場合があるため、お子さんによっては歯科医院でのフッ素塗布なども考慮していく必要がでてきます。

〈3歳頃〉
乳歯がすべて生え揃います。硬いものをしっかりと噛んで食べられるようになります。お子さん自身の歯磨きは上手になってきていますが、まだまだ仕上げ磨きが大事です。

ここまで述べたように、**母親を中心とした周囲の大人の口の中の虫歯菌が多ければ多いほど、当然ながら感染は起こりやすくなり、**多くの虫歯菌に感染してしまえば**当然虫歯にもなりやすくなります。**

ご両親の口の中の健康度が特に重要であることがおわかりいただけたでしょうか？しっかりした知識を身につけていただき、お子さんの歯を守っていきましょう。

# TOPICS トピックス

# Happy meal

## とっても好評です!! –お食事をご紹介します–

大変ご好評をいただいているご出産入院の方のお食事…。
折々の季節も感じていただけるよう、旬の食材を取り入れながら、栄養価や美味しさはもちろん、
目でも楽しんでいただけるようにこだわっています。どうぞご堪能ください。

昼食〈三色丼・冷製チャーシュー 他〉

和朝食〈ホッケの塩焼き 他〉

昼食〈チーズインかつ・タコのトマトソース 他〉

洋朝食〈オムレツ 他〉

夕食〈変わりシューマイ・エビチリ 他〉

夕食〈ローストビーフ・魚のカレーフリッター 他〉

おやつ〈シフォンケーキ〉

おやつ〈どら焼き・わらび餅〉

### ーキッチンからのコメントー

エグゼクティブラウンジでは、
ご出産の記念として想い出に残るお食事がご提供できるよう、
スタッフ一同日々心がけています。
また、お料理が出産という一大イベントを
終えられた産後のママの癒しとなれば幸いです。

## エステサービス

当院からのスペシャルプレゼントとして、お産疲れを癒していただくために“エステサービス”をご提供させていただいています。
エステティシャンによるフェイス&フットのトリートメントで至福のひとときをお過ごしください。
当院4Fの“エステティックサロン”がお待ちしています。

## インターネット予約をご利用ください!

産科・婦人科、小児科を受診の方は、インターネットを使った「診療予約システム」がご利用いただけます(歯科は電話予約のみ)。すでにID(診察券番号)をお持ちの方はもちろん、初診の方もご予約いただけますので、ご登録の上、お気軽にご利用ください。

*ご利用方法は当院サイトのトップページをご参照ください。
*ログインはトップページの[インターネット予約]ボタンから、もしくはQRコードを読み込みお願いします。

## 自己血輸血

当院では、安全な出産や手術をしていただくために、あらかじめご自分の血液を貯血保存する『自己血輸血』を取り入れています。
わが国は、赤十字血液センターの努力で血液が安定供給されるようになった結果、出血量の多い手術でも比較的安全に行われるようになってきました。しかし、血液センターの血液は、自分の血液ではありませんから問題点がなくなったとは言えません。それに比べ『自己血輸血』の場合は当然自分の血液ですから、感染症や拒絶反応を起こすなどの輸血時のトラブルがありません。
医師の判断により、出血量が多いと予想される手術を受けられる方には『自己血輸血』をお勧めしています。
※詳しくは担当医までおたずねください。