

ケロちゃん通信

2022年 5月 第83号



ながおか医療生協
あたごこどもクリニック

〒940-0038 長岡市琴平1丁目2-1 電話番号0258-36-5810
<http://www.nagaoka-iryu-seikyoku.jp/>

☆ 桜も散り、チューリップも終わりましたが、これからの緑がまぶしい新緑の季節も楽しみです。今年のGWもコロナで行動制限が必要でしょうが、可能な限りお子さんと楽しんでください。

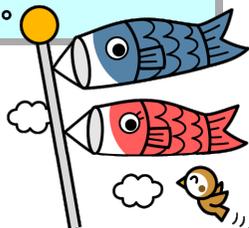
☆ 相変わらず、コロナ以外の感染症の流行はみられません。花粉症もおちついてきている印象です。お子さんたちも新学期がはじまり新しい生活に慣れてきたころだと思いますが、うまく適応できず心配になってくる季節でもあります。何かご心配なことがあればいつでもご相談ください。

☆ 新型コロナワクチン接種は、18歳以上の3回目、12-17歳の3回目、5-11歳の1、2回目と順調に進んでいます。もちろん、一般の予防接種・健診、発熱をはじめとする急性疾患、感染症でない慢性疾患、およびコロナの患者、濃厚接触者の診療をわけてやらなければならないので、大変です。当院の構造では、時間的に分けてやるしかありませんが、将来リニューアルすることがあるのなら、構造的に、感染症と非感染症を分けて診療できるようにできればいいのですが…

☆ 4月16日にはじめて土曜日の午後診療を行いました。慢性疾患の方と1歳以上の予防接種の方のみの外来でした。まだ周知されていなく少し心配でしたが、予約枠はすべてうまく、かつ混み合うこともなく、順調に実施できました、今後も土曜午後のほうが都合がよい方はご利用いただければ幸いです。

5月の診療予定：

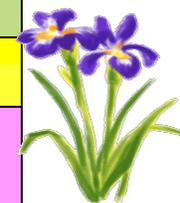
本間医師 6日午前・午後13日午前
 土曜午後診療 21日
 水曜休診18日



診療案内

・感染予防のため、発熱、かぜなどの急性疾患を主に診る一般外来と慢性疾患（感染性のない疾患や定期処方など）を診る慢性外来の診療時間を分けています。

| 時間 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----------------|------------------------|-------|---|------------------------|--------------|--------------------------|
| 8:30 | 一般外来 (急性疾患) | | | | | |
| 11:00 | | | | 予防接種 (1歳以上) 慢性外来 | | 10:30~ |
| 11:30 | 11:30~ 慢性外来 | | | コロナ専用 | コロナ専用 | 11:30~ 12:30 コロナ専用 |
| 12:00 | | | | | | |
| 13:45 | 予防接種 健診 (1歳未満) | | | | | |
| 14:45 | 予防接種 (1歳以上) 慢性外来 | | | | | |
| 15:30 | コロナ専用 | | | | コロナ専用 3回目 | |
| 16:00 | 一般外来 (急性疾患) | | | | | |
| 16:30 17:30 | | コロナ専用 | | | | |



・一般枠内にも予防接種枠がありますので、ご利用ください。
 ・スマイリーでは、急性疾患は「一般外来」から、慢性疾患・定期処方は「慢性外来」からご予約ください。
 ・もちろん、急を要するような場合にはすぐにご連絡ください。
 詳しくはホームページのお知らせをご覧ください。

夜尿症について 1

<夜尿症とは>

小学校に入学する頃になってもまだおもらししていたり、学校での宿泊行事が近づくと心配になってくるお子さんも多いと思います。

こどもはおねしょをします。乳幼児期に寝ている間におもらしするのはおねしょで、正常な発達過程でみられることです。これが小学校入学前後（5-6歳）まで続く場合には、疾患ととらえて「夜尿症」とよばれます。夜尿症診療ガイドラインでは、夜尿症とは、「5歳以降で月1回以上の夜尿が3カ月以上続くもの」と定義されています。

どこまでが発達過程でみられることで、どこからが治療を必要とするものかを正しい知識をもって見極めることが大切です。多くは、心配のいらぬものであることが多く、また治療を必要としても多くは治ります。しかし、まれに基礎疾患に伴うものや難治化することもありますので注意は必要ですが、過度にご心配になる必要もないと思います。頻度は5~6歳で10~20%、10歳で5%程度と言われており、成人まで続く場合もあります。

<原因>

人間の体にはいろいろな日内リズムがあります。おねしょにかかわるものは、脳から分泌される抗利尿ホルモン（以下ADH）と膀胱容量です。正常では、日中活動する時間帯には、抗利尿ホルモンの分泌は少なく、尿はたくさん作られます。夜間はADHが分泌され、尿量が少なくなり膀胱容量も大きくなって排尿量、回数を減らし、ゆっくり眠れるというリズムがあります。このリズムがうまくできないと夜尿につながります。また眠っている間に膀胱が尿でいっぱいになっても気づかず起きれないと尿もれをおこしてしまいます。夜尿症は睡眠覚醒の問題にもかかわっており、脳の発達の問題という側面もあります。便秘の合併も多く、便秘の治療をしてよくなると夜尿も改善することが多いです。

<初期診療予定>

観察期間 :1-2週間 膀胱容量、夜間尿量、尿の濃さ、夜尿状況の確認

生活指導期間 :3-4週間 水分制限などの生活指導

積極的治療 :上記で効果がない場合、薬物療法やアラーム療法を考慮します。それぞれの治療法については別途説明いたします。

- 夜尿以外の症状も伴う場合、器質的疾患も考えられる場合、難治の場合には専門医に紹介させていただきます。
- 観察期間に夜尿記録を記載していただき、早朝尿検査を3回行っていただく必要があります。具体的な検査法は別紙で説明します。
- その結果により夜尿症のタイプ分類ができます。タイプにより有効な治療法も異なります。

<夜尿症のタイプ>

夜間多尿型 :夜眠っている間につくられる尿の量が多い

膀胱型 ;尿をためる膀胱の大きさが小さい、または縮みやすい

混合型 ;夜間の尿量が多く膀胱も小さい

目安は尿の濃さ:尿比重 1.022 尿浸透圧 800 これより薄いか濃いかが分類の目安になります。膀胱容量および夜間尿量は200-300ml程度ですが、年齢により異なります。タイプ別に治療法も異なるので、治療前の検査にご協力をお願いします。

