

新型コロナウイルス感染症対策

小児の新型コロナウイルス感染症について

症状は？¹⁾

症状は**一般的な風邪症状(発熱/乾いた咳/だるさ)**とほぼ同じですが、これらの症状の出現頻度は成人より低く、

感染しても無症状のことも少なくありません¹⁾。

成人では嗅覚異常や味覚異常の報告がありますが、小さな子どもは症状をうまく訴えることができず、実態はよく分かっていません。

これまでの報告から、子どもは一般に成人より軽症であることが分かっていて、特別な治療は必要ないことがほとんどです。



予防接種は延期しないで!

新型コロナウイルス感染症の流行により、病院受診を控えた結果、

それ以外の病気の予防接種の接種率が下がっている

と世界中で報告されています。

日本でも、1才過ぎてからの予防接種

(MRワクチン、ヒブ・肺炎球菌追加、おたふく、水痘、4種混合追加)

を控えるケースが目立っています²⁾。

予防接種で守られる病気には致死率や後遺症率の高い病気が多く、

適切な時期に接種することで高い効果が期待できます。**予防接種は遅れず接種しましょう。**

なお、可能な限り兄弟や祖父母の同伴はさけてください。



情報は公的機関のものを

新しい感染症のため、**情報は随時変わっていく可能性**があります。

また不安などから**デマなど不確かな情報が出回る**ことも少なくありません。

情報を参照するときには厚生労働省や学会など、**公的機関の情報**を追うようにしてください。



日本小児科学会・米国小児科学会の声明などをベースにまとめました。

受診の目安

子どもは感染症を繰り返すため、

熱や咳が出ても新型コロナウイルス感染症以外の可能性も十分にあります。

子どもの感染者の多くは家族等からの濃厚接触スクリーニングが多いことを考慮すると、まずは周囲の流行状況を確認することが大切になります。

その上で、お子さんの全身状態を観察し、急いで受診が必要かどうかを判断しましょう。

この受診基準は成人や高齢者では適切でも、

小児では実際的ではないと日本小児科学会も声明を出しています²⁾。

軽い症状であれば自宅経過観察がよいでしょう。

一方で速やかな受診が必要な場合もあります。

「37.5℃以上4日」を満たさないと病院受診は控えて

という一律な判断ではなく、

お子さんの全身状態を観察することが大切です。



医療機関を すぐに受診

- ☑ 生後3ヶ月未満児で38℃以上の発熱がある。
- ☑ 呼吸が苦しい（肩で息をする、呼吸回数が多いなど）
- ☑ ぐったりしている（顔色が悪い）
- ☑ 水分が摂れず、半日以上尿が出ない



診療時間内 に受診

- ☑ 元気はあるが発熱が3～4日以上続いている
- ☑ 水分や食事が摂れているが、咳が多い
- ☑ 眠れているが、咳が多い

ただし濃厚接触者や健康観察対象者の場合、まず地域の帰国者/接触者相談センターに相談

参考となるウェブサイト

- 厚生労働省「国民の皆様へ（新型コロナウイルス感染症）」
「新型コロナウイルスに関するQ&A」
- 日本小児科学会「新型コロナウイルス感染症に関するQ&A」
- こびナビ (<https://covnavi.jp/>)
- 「コロワくんの相談室」LINEボット

コロワくんの相談室
LINEボット



予防 のポイント

新型コロナウイルス感染症は、**高齢者や基礎疾患のある方が重くなる傾向があること、無症状でも周りに感染を広げる可能性がある**ことが指摘されています。

子どもの患者のほとんどは**家庭内において親から感染**しています。**保護者が感染しない、感染した人から2m以上の距離を保つ**ことがお子さんの感染予防に繋がります。

ウイルスに汚染されたおもちゃや本などに触れた手で口／鼻／目を触ることで感染するため**手洗いや消毒も大切**です。

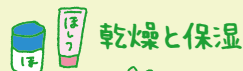
1 手洗い ●20秒間+しっかりと乾燥 ●アルコールは60%以上のもの

20秒間が手洗いの目安です。歌いながら手を洗うのもおすすめ。

洗った後は**しっかりと乾かす**のもポイント。

アルコール消毒は60%以上のものを。

ただしアルコール消毒がなくても手洗いをこまめにすれば心配ありません。



乾燥と保湿



point1 しっかりと乾燥

しっかりと乾燥させると濡れたままの手よりも**病原体の伝播を90%以上減らした**という報告があります⁵⁾。

point2 手はこまめに保湿

手が荒れると手洗いの頻度が下がり、**手荒れが改善すると手洗いの頻度が増える**という報告もあります⁶⁾。

アトピーのお子さんの手洗いについて

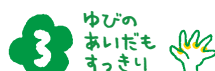
アトピー性皮膚炎のお子さんで、手洗いがきっかけで湿疹が悪化したという相談が増えています。**できる範囲での手洗い、しっかりと水分を拭き取ること、普段よりこまめに軟膏を塗るなどの対応。夜にたっぷりと保湿剤(プロペトなど)を塗り、手袋をするのも効果的**です。



目安は20秒 手の洗い方

約20秒の目安

- きらきらぼし
- ハッピーバースデー
- 寿限無寿限無
- どんぐりころころ



2

咳エチケット ●マスク着用 ●覆う時はティッシュ・ハンカチ・袖で

- マスク着用
- ティッシュなどで鼻と口を覆う
- とっさの時は袖や上着の内側で覆う
- 周囲からなるべく離れる

- ✕ 何もせずに咳やくしゃみ
- ✕ 咳やくしゃみを手でおさえる



マスク



ティッシュやハンカチ



袖や上着の内側



何もせずくしゃみ



何もせず咳



咳やくしゃみを手でおさえる

厚労省のサイトに掲載された「咳エチケット」を参照しています

3

正しいマスクの着用 ●鼻と口を確実に覆う

- 1 鼻と口の両方を確実に覆う
- 2 ゴムひもを耳にかける
- 3 隙間がないように鼻まで覆う



鼻が出ている



全に出ている

日本小児科学会の考え方²⁾

感染している人のくしゃみや咳に含まれる飛沫を直接浴びないという観点からは、マスクをすることの利点はありますが、小さなお子さんでは現実的ではありません。むしろ、こまめな手洗いをしっかりとすることが大切です。



ちゅんやだ!!



こまめな手洗いをしっかりと。

帰宅後、食事前、
多人数と共有する物に触れた後

参考文献:

1) 日本小児科学会「小児の新型コロナウイルス感染症患者の臨床的特徴」

2) VPD 知って子どもを守る <https://www.know-vpd.jp/news/201916.php>

3) D. R. PATRICK, G. FINDON et al. Residual moisture determines the level of touch-contact associated bacterial transfer following hand washing. Epidemiol. Infect. (1997), 119, 319-325

4) R. D. McCormick, T. L. Buchman. Double-blind, randomized trial of scheduled use of a novel barrier cream and an oil-containing lotion for protecting the hands of health care workers. Am J Infect Control. 2000 Aug; 28(4): 302-310.

5) 日本小児科学会：乳幼児のマスク着用の考え方

6) American Academy of Pediatrics (米国小児科学会) web サイト: [2019 Novel Coronavirus (COVID-19)]

7) 菊池信太郎：震災による子どもたちの変化と対応。産婦人科の実験。2018;67:417-425.

8) 日本小児科学会「新型コロナウイルス感染症に関する Q&A」

9) 新型コロナウイルス感染症対策専門家会議：新型コロナウイルス感染症対策の状況分析・提言

保護者が子どもに取るべき態度 米国小児科学会⁶⁾

感染症への不安

医療者や研究者など、世界中のみんなが研究や治療を頑張っているから大丈夫だよ、と安心させてあげてください。

子どもはストレスをうまく言葉で表現できず、腹痛や頭痛、食欲不振、不機嫌など、**体の症状の一部として表出**することがあります。

不安に対する聞き役になってあげてください。

できるだけいつものルーチンワークを守ってください。



世界中のみんなが頑張っているから大丈夫だよ



差別のきっかけを作らない

感染症は差別が広がるきっかけとなります。

人種は関係ないこと、感染している人や入院している人は辛い思いをしていることを教えてあげてください。

子どもの前で**彼らへの共感や支援を言葉にしてあげてください。**

周りに新型コロナウイルス感染症にかかった子がいる場合、回復して登校が許可されていれば、周りへの感染力はありません。

彼らへの差別が生まれないように支えてあげてください。

子どもは保護者の姿勢を見て学びます。

辛いけれどきっと頑張っているよ

回復すればうつらないよ

早く良くなるといいね



子どものためにできる6つのこと

① 子どもと向き合う時間を作る

② 日常（ルーチン）を維持する

決まった時に決まったことをすることで見通しが立つ。

③ 褒める、感謝を伝える

一見悪い行動が目立つが、子どもが認められる経験を増やす。

④ 体を動かす

⑤ 繋がりを保つ

オンラインゲームでも、人同士の繋がりを大事に。

⑥ 必要十分な正しい情報を伝える

今起きていることを必要十分に伝える。隠さない。情報に溺れない工夫を。

外出が制限されるときは

日本小児科学会²⁾

1 外出時 外出時は3密を避ける

集団感染が起こりやすいのは

換気の悪い密閉空間

多くの人の密集

近い距離での会話

の3つの条件が重なると起こりやすいとされ、

この「**3つの条件が同時に重なった場所を避ける**」ことがもっとも大切です⁹⁾。

それを意識しながら子どもの遊びをすすめていきましょう。



2 家にいる時の注意 家庭内事故のリスクを知る

子どもだけで過ごす**事故のリスクが高くなります**。

台所(ケガ)、ベランダ(転落)、浴室(溺水)など、
事故が起こりやすい場所の状況の再確認を。



3 健康上のリスク 運動不足／肥満傾向

子どもの心身の発達にとって、外遊びはとても大切です。

運動不足だけでなく、心の安定にも効果的。

小学生の身体活動の多くは登下校が担っているとの報告も⁸⁾。

感染症対策は大事ですが、子どもの心身の発達とのバランスも大切です。

子どもの遊びの中で、**本や玩具の共用を制限することは現実的ではなく、むしろこまめな手洗いが重要。**

ルールを決めて感染リスクを下げながら、外出や子ども同士の遊びをお勧めします。



- 風邪症状があるときには外出は控える
- みんなが良く触る場所に触った後・飲食の前に**手洗い**をする

4 健康上のリスク テレビ、スマホ、インターネットの時間が増える

一旦身についた生活習慣(運動不足・ゲーム時間の延長)はなかなか戻らないため、早くからの対応が大切です⁹⁾。



5 健康上のリスク 精神的なストレス

いつもの居場所(学校)、普段の生活サイクルが変わることによるストレスなど。