

コロナ対策下で子どもたちを支えるために



症状は？

感染力の強い変異株オミクロンの流行に伴い、国内でも、子どもの新型コロナウイルス感染症が増えてきました。幸い現時点では症状は軽い無症状のケースが多いですが、感染者の数が増えることで、今後酸素が必要で入院が必要なお子さんも増える可能性があります^[1]。

症状は**発熱や咳、咽頭痛、だるさなど一般的な風邪症状とほぼ同じ**で、それは変異株オミクロンの場合にも同様です^[2]。

なお、変異株オミクロンの場合、小児では喉頭炎（クループ）がこれまでのコロナ感染症より起こりやすいとの報告もありますが^[3]、症状は基本的に子どもがよくかかる風邪とほぼ変わりませんので、**一般の風邪とコロナ感染症の見分けは小児科医でも難しい**です。したがって周囲の感染状況や、時に抗原検査・PCR検査も活用して判断することになります。



特に気を付ける(重症化リスクがある)のはだれ？^[4]

2歳未満(0~1歳)

乳幼児は気道が細くつぶれやすいため、風邪などの呼吸器感染症で重症化しやすい年齢といえます。



基礎疾患のある子ども

基礎疾患とは：
慢性呼吸不全 重い神経疾患のある子ども（いわゆる医療的ケア児）
生まれつき心臓や腎臓の病気がある、ダウン症候群などの先天性疾患
小児がんなどで治療中のため免疫が落ちている子ども、
糖尿病、高度肥満児 など
非常に多岐にわたるため、気になる場合は主治医に確認が必要

MIS-C(小児多系統炎症症候群)^[5]

コロナに感染した子どもが、**2~6週後**に発熱や腹痛、下痢などの胃腸症状、胸痛や呼吸苦など複数の臓器に重い症状が出る病気。(海外でまれに報告)
平均年齢は**8歳前後と年長児**に多く、発疹や目の充血など川崎病に似た症状を示すこともあります。ただし、海外で報告がありますが、日本を含む東アジアでの報告はまれです。



コロナ禍で病院を受診する目安は？

感染症の症状がある患者については、医療機関ごとに受診時間や受付場所をかえるなど感染対策を工夫している場合があります。受診前に医療機関への確認が必要です。

子どもが**く・ねる・あそぶ**ができていれば慌てて受診を考える必要はありません。



新型コロナ以外にも注意する子どもの病気はたくさんあります^[例]

RSウイルス感染症などの気道感染症

RSウイルス感染症は乳幼児の入院が多い気道感染症です。

腸重積や虫垂炎などの消化器疾患

6か月から2歳に起こりやすく嘔吐や血便などの症状が出る腸重積や、学童に起こりやすい虫垂炎など、高熱が出なくても注意が必要です。

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**
(掛物など環境調整しても下がらない場合)

☑ **呼吸が苦しい**

- 肩で息をする
- 近くでゼイゼイが聞こえる
- 鼻の穴がびくびくしている(鼻翼呼吸)
- 鎖骨の上や肋骨の下がくぼんでいる(陥没呼吸)
- 呼吸回数が多い

目安 乳児:1分間に50回以上
幼児:1分間に40回以上
学童:1分間に30回以上

☑ **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**

☑ **初めてけいれんした**



発熱の有無だけにとらわれず
「ぐったり(普段と違う)」「水分が摂れない」場合には注意が必要。

診療時間内に受診

☑ **元気もあり、水分も摂取できているが気になる症状がある**

こどもの救急 教えてドクター



受診の目安に困ったら

☎ **#8000** 小児救急電話相談

📺 **小児科学会 on-line こどもの救急** <http://kodomo-qq.jp/>

📺 **教えてドクター** <https://oshiete-dr.net/>

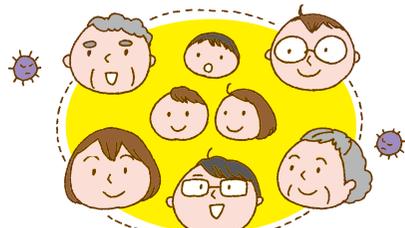
子どもの新型コロナウイルス ワクチン

5歳から
接種可能

✓ 5歳以上で接種可能

子どもを守るためには、まずは周囲の成人への接種（保護者、子どもに関わる仕事の従事者）が重要です。

まずは周りの成人への接種が重要



実際の接種は？

成人と同じ筋肉注射です（肩に接種）。特別痛みが強い接種方法ではありません。

熱が出た時の対応：普通の予防接種と同様で、安静にしましょう。解熱剤（アセトアミノフェン）を使うこともできます。

小児用ワクチンは5歳～11歳用です（12歳以上は成人用ワクチンになります）



肩に接種

接種を優先すべき対象

✓ **基礎疾患のある子ども** 脳性まひや慢性肺疾患、神経や心臓の病気、染色体の病気、免疫不全、高度肥満など

重症化リスクがあり、接種により重症化を防ぐためにも推奨されます。基礎疾患のあるお子さんは副反応による発熱などの影響も受けやすいので、体調がよいタイミングを見て接種しましょう。本人の健康を良く把握している主治医と保護者の間で相談してください。また基礎疾患のある児の兄弟姉妹も接種の優先度は高いと考えられます。

発症予防

副反応

メリットとデメリットを本人と保護者で話し合おう

接種する決断も接種しないという決断も、どちらも子どもの健康のことを考えた上の決断です。接種しない選択肢を選んだ児童や保護者に対する同調圧力や差別は許されませんし、接種しないように圧をかけたり声高に主張する姿勢も許されません。



ワクチン接種のメリット

- CDC（米国疾病対策予防センター）は
- 新型コロナウイルスにかかっても発症を予防できる可能性がある
- 予防接種を受けられない兄弟やハイリスクの家族への感染リスクを下げる
- 学校やそのほかのグループ活動に安全に参加できる

としています^[6]。
日本小児科学会は、5～11歳への接種は、12歳以上の健康な子どもへのワクチン接種と同様に意義があるとしています^[1]。



ワクチン接種のデメリット

ワクチン接種後の副反応があります。

- 16～25歳のコロナワクチン接種と比べると副反応症状が出る頻度は低いですが他のワクチンと比べると副反応は起きやすい



約2人に1人

約5人に1人

接種後に起こる反応	米国のデータ ^[8]	
	1回目	2回目
注射部位の痛み	53%	56%
倦怠感	20%	26%
発熱	8%	13%
頭痛	14%	20%
学校を休んだ	8%	11%
病院を受診した（オンライン診療含む）	2.2%	2.0%

心筋炎の発症率は

副反応として心筋炎がありますが、発症率は10～20代と比べて非常に低く、全員回復しています^[7]。

10～20年後の安全は？

開発されて10～20年も経っているワクチンではないため、当然10～20年後の影響がないと現時点で証明することはできません。ただしmRNAワクチンは短期間で分解され、体内に残ることはなく、また遺伝子に影響を与えることは考えにくいです。一方新型コロナウイルスに感染した場合の10～20年後の後遺症についても分かっていません。しかし既に成人ではコロナに感染後の後遺症として倦怠感や息苦しさ、胸の痛みなどが報告されており、米国小児科学会は小児についても同様の懸念があるとしています^[9]。

接種後の受診の目安 すぐに受診

- ✓ 接種30分以内に発疹などの皮膚症状、嘔吐などの消化器症状、呼吸が苦しいなど
- ✓ 接種後1週間以内に息苦しさや胸の痛みがある



接種後の受診の目安 診療時間内に受診

- ✓ 接種後2～3日を超えてもだるさや発熱が続き改善しない



参考となるWEB



厚生労働省
新型コロナウイルス
ワクチンについて
のQ&A



COVID-Nav
ナビ
新型コロナウイルス感染症
やそのワクチンに関する
正確な情報提供プロジェクト
(医師が中心となって運営)



「Cocoro-kunの相談室」
チャットボット(LINE)
ワクチンに関するよくある質問に
答える LINE のチャットボットを
利用した情報提供
(医師が中心となって運営)

子どもの 自宅療養^[10] もし感染したら...

子どもが感染した場合、**家族は濃厚接触者になり、外出が制限**されます。その場合**どのように行動するか、事前に家族で話し合っておきましょう。**カード等引き落とし口座の残高確認、使い捨て食器、キッチンペーパー、個室とやりとりできる準備も事前にしてあると安心です。受診の目安は1P目参照
家族内感染が多いので、**子どもの感染だけでなく濃厚接触者になった場合**もこの対応に準じて対策してください。

限定する

- 世話をする人を限定
- 子どもが過ごす場所を決め
トイレ・風呂・洗面所のみ家族と共有



入念な換気

- 窓を少し開けておく
- トイレなど感染した子どもが使う場所では換気扇をつけっぱなしにする



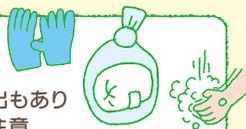
食事

- 可能ならば一人で別室で食事
- 難しければマスク着用で介助
- 子どもの食べ残しは食べない
- 別室がない場合ほかの家族と食事の時間をずらす
- 食器洗いは通常の洗剤でOK



トイレ・おむつ

- ウイルスは便への排出もありオムツの取り扱いに注意
- オムツは1つずつビニールに入れて捨て終わったら手洗いor手袋をつけて行う
- トイレの清掃は通常の掃除用洗剤でこまめに



入浴・清拭

- 感染している子どもが最後
- 浴槽の掃除は通常でOK
- タオルは共有しない
- 入浴中、子どもはマスクを付けない
- 体をふく時マスク・使い捨て手袋着用
- 洗濯は分ける必要なし。通常の洗剤でOK



遊びのケア

濃厚接触者の兄弟は、家の庭で兄弟だけで遊ばせるなど、遊びのケアが必要

接触者に連絡

発症2日前から接触した園、学校、学童、通院先、塾、教室、スポ少、友達等に連絡

どどのように行動するか決めておく

発症2日前から接触した園、学校、学童、通院先、塾、教室、スポ少、友達等に連絡

消毒

- 療養する部屋の出入り前後は手指をアルコール消毒or使い捨て手袋着用
- ドアノブ・蛇口・スイッチなど共有部分



マスク着用

- 不織布マスクを使用する
- 2歳未満/マスク着用はなし
- 2歳以上/部屋で1人の時はマスク不要
- ケア時は可能なら子どもも装着(2歳以上)(入浴中、子どもは付けない)



不織布

着用時

添い寝・体を拭く・入浴介助・食事介助
療養する部屋への出入り時



共有しない

- タオル(洗面台・トイレ)
- 歯磨き粉
- 食事(大皿のおかず)



保護者が子どもに取るべき態度 米小児科学会^[11]



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

感染症は差別が広ま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



早く良くなるといいね

外出できないことで子どもたちに起こるリスク

1 家庭内事故のリスクが高くなる

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)、バルコニー(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。

2 運動不足/肥満傾向

子どもの心身の発達にとって運動はとても大切。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^[12]。休校により運動不足になりやすくなります。



3 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^[12]。



4 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。

参考文献:

1. 日本小児科学会: 5~11歳小児への新型コロナウイルスワクチン接種に対する考え方. 2022.
2. Brandal LT, et al: Euro Surveill. 2021. 26(50).
3. Martin B, et al: medRxiv. 2022. p. 2022.01.27.22269865.
4. 新型コロナウイルス感染症 COVID-19 診療の手引き第60版. 2022. p. 20.
5. 日本小児科学会: 小児 COVID-19 関連多系統炎症性症候群 (MIS-C/PIMS) 診療コンセンサスステートメント. 2021.
6. CDC (米国疾病対策予防センター): Covid-19 Vaccines for Children and Teens (Update Jan.11)

7. Woodworth KR, et al: MMWR. 2021. 70(45): p.1579-1583.
8. Hause AM, et al: MMWR. 2021. 70(5152): p.1755-1760.
9. AAP: Post-COVID Conditions in Children and Teens (Update Jan.13)
10. 国立成育医療研究センター:
11. AAP: COVID-19: What Families Need to Know
12. 菊池信太郎: 震災による子どもたちの変化と対応. 産婦人科の実際. 2018;67:417-425.