

冬期の子供の衛生

四〇

醫學博士 岡田道一

眞冬になつて寒さはぐんぐ厳しくなつて参ります。毎年の事ながら幼ない子を持つ世の親御さんの心使ひは一通りでありません。それも冬の病氣の王者である感冒の豫防、又これを豫防するが無事に冬を送る事の秘訣であります。

實際風邪は萬病の基であります。幼児にまつてこれ程冬に恐ろしいものはありません。冬期の衛生には、換氣、含嗽の必要、衣服、其他種々有りますが、もう既にこれ等の事は、新聞或は本誌、又は諸雜誌に掲げられ、又皆様も既に御承知の事でもありますから、之を省かせて頂き今此風邪其他の豫防に就て二、三心付いた點を申述べやうと思ひます。

◇居眠り、うたゝ寝は嚴禁

うたゝ寝、居眠りは夏に限られたやうですが、之が幼い兒童にある、又大人にあつても冬期に多い事は、人のよく

知る處でありませう。冬期のうたゝ寝、居眠りは風邪の基です。多くの家庭にあつては、年末が近づいて來るこ、幼ない子供を連れて夜買物に出かけます。其歸り道、子供は疲れて車中で居眠をして居るのをよく見受けます。又入浴後今迄寒さの爲に、ひき縮つてゐた筋肉、身體はぼか／＼暖たかさの爲にゆるんで、よい氣持でうさ／＼子供はうたゝ寝をします。又食後も同様、皆様も此經驗は御有りです。實によい氣持のものです。此時親御さんなりが、「うたゝ寝していきません」云つても子供は寢てゐながらも「眠てはるません」を答へるのは何處の子供も同じです。

このうたゝ寝居眠りほぎ幼ない子供に毒なものはありません。そこで御注意申し度いのは夜分の買物に幼な子供は連れてゆかぬこ、湯上り後(夜分の場合)は直ちに就寢させるこ、食後に注意するこ等は是非御守り願ひ度い

ものだと思ひます。こゝで夜の寒氣を避けて、朝の寒氣を元氣で迎へさせ抵抗力を養ふ事を忘れてはなりません。

◇便通に注意

一日一回の便通は人間にまつて忘れる事の出来ないものでありますが、つい冬期にあつては、正しい朝の習慣を、寒さのために暖たかくなつた陽中に延期する方が多く、殊に子供にあつては、親御さんが注意しても、行きたくないと云つて出てゆきます。これがため悪習慣になつた便秘症になつたり、よく急に倒れて幼稚園の先生を驚ろかす腦充血を起したりします。そればかりか何故これが風邪の基になるのでせうか、正しい一定の時に催ほし今迄整へてゐたものを、これを夜に或は翌日にさするため、意外に時間を費し、それがため風邪を引くのは當然な事であります。失禮な言やうではありますが、この些かの事から不測の害を招くのであります故、特に注意を申上ます。

◇貧血

貧血兒童であれば、風邪を引き易いのは當然です。これ

は鐵劑、其他營養分によつて補ひ養ふ事が出来ませんが、營養によつて補ふ事の出来ない貧血が一つあります。一寸氣づかぬものでそれがために感冒に冒されます。それは子供の敵、蛔蟲の寄生であります。さうか冬だから安心なされず、月に二回位の蛔蟲驅除藥の服用はこれ又冬に忘れてならぬ幼児の健康法であります。

◇炬燵(あんか)

炬燵に這つて子供の居眠りしてゐるのを繪や彫刻に觀れば非常に風流で結構なものです。實際はこれに反して、これ程子供の抵抗力を弱め、害のあるものはありません。晝間でもこれに這るゝ出るゝのが厭になります。それで急に出て外氣に觸れゝば、くるゝゝさすゝむ程寒さを感じます。これ丈でもよいものでない事が分かります。

まして就寢時の所謂あんかはよくないのである事は間違ひありません。夫も貧血で即ち冷症の幼児なら、温たまる迄は入れてやる事は仕方ありませんが、健全な子供に、嘘ぞ寒むからうゝ、炬燵をしてやる事は、眞の親の愛はさうして申せませう。是非此あんかは廢して頂き度いものです。